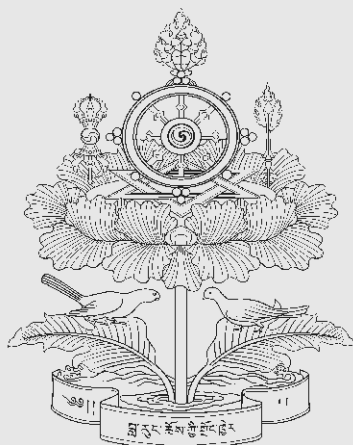


༣༣། ཁྲིད་པ་འཕུལ་གྱི་རུ་ཐིག་གི་དབྱང་དོན་སྣང་  
གསལ་སྒྲོན་མེ་བཟུགས། །

སྟོང།



ལ ཀུན་མཁྱེན་མི་ལམ་རྒྱ་མཚོས་མཛད།



財團法人佛陀教育基金會 印贈

Reprinted and donated for free distribution by

**The Corporate Body of the Buddha Educational Foundation**

E-mail: [overseas@budaedu.org](mailto:overseas@budaedu.org)

<http://www.budaedu.org>

**This book is for free distribution, it is not for sale.**

ཕྱག་འདེའདི་ཚེས་སྟེན་དུ་འབྲུལ་རྒྱུ་ལས། ཚོང་བསྐྱར་མི་ཚེས་པ་དགོངས་འཇགས་ལུ།



༄༅། །ཐུ་ཐུ་ཉི་དྲི་བ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ལྟ་དག  
ཏྲོ་ཁྱ་མ་རྒྱ་སྒྲུབ་པེ་ཏ་ར་ཏི་སྒྲུ།  
༄༅། །མིང་པ་འབྲུལ་གྱི་ཁུ་ཐིག་གི་དབྱེད་དོན་སྒྲུང་  
གསལ་སྒྲོན་མེ་བཞུགས། །

ས་པ་རི་ཏེ་བྲ་ཏྲོ་ཏ་མེ་  
རི་ན་ཏུ་གོ་སྒྲུ་རི་ཏྲོ་མེ་  
རྒྱལ་བ་ཀྲུག་གྱི་མཐུན་རབ་མཆོག་།  
རྒྱལ་སྐུ་གཞོན་ཏུ་རི་ཏྲོ་མེ་འཆང་བ། །  
བྲ་ཏྲོ་མ་རི་ཏྲོ་ཏ་རྒྱ་ཏྲོ་  
དྲ་ཏྲོ་མ་རི་ཏྲོ་ཏ་རྒྱ་ཏྲོ་མེ་

ཤེས་རབ་དག་གི་སྒྲུ་མཆོག་གང་། ཤེས་མཐོང་སྒྲོལ་ལ་བྱུག་འཆང་ལོ། །  
བྱུག་ཤེན་ལ་སོགས་ཐེག་པ་དབྱུགས། །གདུལ་བྱུ་ཏི་དོན་མཛད་བྱུགས་རྗེ་འི་  
གཏེར། །སྒྲོན་པ་གཤེན་རབ་མི་པོ་ནི། །བརྒྱུད་པར་བཅས་ལ་གྲུས་བྱུག་  
འཆང་ལ། །མིང་པ་འབྲུལ་གྱི་གསལ་མཁར་ན། །བརྟན་གཞོའི་དྲངས་བརྟུད་  
ལས་འབྱུངས་པ། །སྒྲུང་མིང་ཀྲུག་གསལ་ལེར་མའི་ཆོགས། །ཁྲི་མཐོང་སྒྲོན་  
ལའང་བདག་བསྟོད་དོ། །སྒྲོང་བརྟུད་ཁམས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་ལས། །སྒྲུང་

དོར་བསྐྱབ་མེད་པའི་ལུང་། སྤྱིད་པ་འཕྱུལ་གྱི་ུ་ཐིག་གི། འདུད་དོན་སྣང་  
གསལ་སྒྲོན་མེ་ཤི། རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་སྒྲ། མཉམ་ཉིད་མཁའ་ལྟར་  
བྱལ་བ་ཉིད། ཁང་འདུལ་སྒྲ་འཕྱུལ་དུ་བའི་གཟུགས། བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་  
སྣང་བ་ལས། རེ་ཤིག་ཚུལ་འདིས་གདུལ་བའི་ཞིང་། གཤེན་ཡུལ་འོལ་མོ་  
སྤྱིང་ཆེན་དུ། རྟོན་པ་གཤེན་རབ་མི་པོ་ཆེ། བལྟམས་ནས་གཤེན་ལོ་གཅིག་གི་  
དུས། བྱ་གཤེན་ལེགས་རྒྱལ་ཐང་པོ་སྟགས། རྒྱལ་ལྷན་འཁོར་གྱིས་ཁྱས་པའི་  
དོར། ཐེག་དགའི་དང་པོ་བྱ་གཤེན་པོན། བཀྱིད་དང་ལམ་གྱི་སྒྲ་ུ་བསྟན། །  
བྱ་གཤེན་དེ་ལའང་རྣམ་པ་བཞི། བྲ་ལྟས་མོ་དང་སྣང་མཐོང་ཅིས། ཁད་  
གསོ་དབྱེད་དང་འཆི་བསྐྱུ་གཏོ། མོ་ལའང་རྣམ་པ་བཞི་ཡོད་དེ། ཡེ་སྤྱིད་འཕྱུལ་  
གྱི་ུ་ཐིག་དང་། ཡེ་མཁུན་དག་སྤྱི་མཐོན་ཤེས་དང་། ཡེ་རྗེ་སྒྲོན་པའི་མི་  
ལམ་དང་། ཡེ་དབང་ལྷ་ཡི་བཀའ་བབ་པོ། ཀུན་ལས་སྒྲ་བ་མོ་འདི་ནི། །  
ཁང་ཞོར་ཐང་པོ་ཆེ་ཞེས་བར། བྱུང་ལུང་དཔུལ་གྱི་མཁའ་ནང་དུ། རྟོན་པའི་  
སྒྲ་ལས་སྒྲུལ་པ་ཡིན། འཕྱུལ་གཤེན་ཀུན་ཤེས་ཐིང་པོས་བསྟན། འེན་ས་ཤིམ་  
བར་བརྒྱད་པ་ཡི། བཀའ་དང་གཏེར་གྱི་ཚུལ་དུ་བྱུང་། འགྲོ་བའི་སྤྱང་དོར་  
མིག་ཏུ་གྱུར། མཁའ་དང་མཆོ་ལྟར་རྒྱུ་ཆེ་བའི། རྣམ་གངས་བསམ་མི་བྱལ་  
པ་ལས། ལུང་བཞིན་རང་བཟོ་སྤངས་ནས་ནི། རྟིང་པོ་བསྐྱས་ཏེ་འདིར་  
བརྗོད་ན། རྒྱུར་བ་དངོས་གཞི་རྗེས་དང་གསུམ། འད་པོ་ལ་ཡང་རྟེན་བཅའ་  
བ། རྫོ་མཐོང་བསྐྱབ་པ་གཉིས་སུ་བསྟན། རྟེན་བཅའ་ུ་ཐིག་བཟོ་བའི་

ཚུལ། །རྒྱ་དང་བྱ་བ་རྒྱན་གདགས་ལུགས། །ཟུར་དུ་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཡིན། །  
གཉིས་པ་ཐུ་ལེར་ལྷུམ་དལ་དང་། །ཡང་ན་ཕྱུའུག་ཡང་དགར་གྱི། །ཁོ་མཐོང་  
སྒྲུབ་པ་ཚུལ་བཞིན་བྱ། །དེ་ལྟར་བྱས་ན་སྤང་དོར་གནས། །ལག་མཐིལ་རྩེས་  
བཞིན་གསལ་བར་འབྱུར། །དངོས་གཞི་མོ་བརྟུང་བྱ་བ་དང་། །དེ་ནས་ཚུལ་  
བཞིན་གདབ་བའོ། །དང་པོ་ལ་ཡང་རྟེན་དགོང་དང་། །བདེན་པ་བདར་བ་  
གཉིས་སུ་བསྟན། །རྟེན་ནི་བསང་བྱས་མཆོད་བརྟན་རྩེས། །གཞུང་ནས་འབྱུང་  
བ་བཞིན་དུ་བསགས། །

གཉིས་པ་བགེགས་བསྒྲུད་ལ་སོགས་དང་། །སྤྱིང་གྱིར་སྤྱིབ་བསལ་བདར་བ་  
བཞི། །གཞུང་ནས་འབྱུང་བ་བཞིན་དུ་བྱ། །དེ་ནས་གདབ་པར་བྱ་བ་ལ། །སྤྱིར་  
བདར་བཅུག་སུམ་ཚུགས་སུ་ནི། །གནས་མལ་སོ་སོའི་སྤྱིང་གྱིར་བཅས། །མཐོང་  
བརྒྱུད་བཞིན་དུ་ལེགས་པར་གདབ། །རྩེ་ཆེན་བཅུག་སུམ་ལའོར་ཆེན་གྱི། །  
ཚུལ་དུ་ཡང་ནི་གདབ་པར་གསུངས། །རྩེས་ལ་གང་བབ་ཚུལ་བསྟན་པའི། །ཁ་  
དམར་འབྲས་ཐུ་བསྟན་པ་ལ། །སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་དམི་གས་བསལ་གསུམ། །  
དང་པོ་ལའང་གཉིས་ཡོད་དེ། །བབ་པ་གནས་གྱི་ཁྱད་པར་དང་། །གང་བབ་  
མདུད་བའི་བྱེ་བྲག་གོ། །དང་པོ་གནས་གྱི་ཁྱད་པར་ནི། །གཅིག་འདི་ཆང་ངབ་  
དང་པོ་ཡིན། །མོ་བབ་ཡོངས་གྱི་གཞི་མ་ཡིན། །དབྱེད་གྱི་དང་པོ་མཁར་གྱི་  
མིང་། །མིང་བའི་ལྟེ་བ་འབྱུང་བའི་ཐུག་ །ས་བདག་མཛོད་དེ་ནི་ཤར་ཅེ། །ཤར་  
ཐུགས་ཤིང་གི་རྩེ་ཡིན། །དག་སྒྲ་དར་མ་རྒྱ་གཅིག་ཡིན། །གཞི་ལ་འཕོར་ཞིག་

ལྷ་ས་ཡིན། རྩོགས་ནི་ཤར་སྤང་བྱི་བའི་ལོ། ལྷག་ལྷ་ཡོས་དུས་གཟའ་  
 ལུང་ལ། ལྷར་མ་སྒྲིབ་དུག་དག་གི་གནས། ལུས་སྤྲེལ་འདོམ་སྟེ་བྱུང་གི་མཛུགས།  
 རྩུའཕྱལ་བ་ཡི་རྩ་མ་ཡིན། ལྷུ་མ་ནག་བྱ་རལ་ལི་ཡན་དང་། ལེ་སྟོང་དང་  
 མ་བྱ་ལུར་སོགས། འདྲ་བའི་སྟིགས་མ་བབ་བ་ན། ལག་ཁྱིམ་དང་ལྷུ་ལ་བས་  
 ཤིན་ཏུ་དང་། འིང་དིང་སྒྲིབ་དིང་ཀལླར་དང་། ལལ་ལྷུང་དུང་དིང་སྒྲིབ་ལ་སོགས་  
 བ། ལབ་ཅང་དིགས་བརྟན་བའི་སྟེབ་བ་ན། ལབ་ཅང་ཁིང་བྱུང་བར་བརྒྱག་  
 བཅང་བཅས། སྤིང་བའི་གཞི་མ་ལྷུགས་ཏེ་ལེགས། ལག་ཁྱི་འཛིན་དི་བས་ལྷི་  
 བ་བཅང་། ལྷུ་ལ་པོ་གདན་ལ་བཞུགས་འདྲ་དགོས། ལའད་ན་ལང་དུར་གཞི་  
 ལ་དན། ལས་བདག་འབྱུགས་བ་ཡོ་བཅོས་བྱ། ལབ་གཏོར་བཏང་ཁིང་དིག་ཉན་  
 བཅོས། ། །

གཞིས་འདི་སྟོ་ཡི་བྱི་ནང་མཚམས། ལེ་འབྱུར་ཤར་བྱི་དག་ས་ཡིན། ལྷི་མ་  
 མཚེས་ར་བ་སྟོ་སྟོང་དང་། ལབ་དང་སྟོ་ལྷི་བུ་མོའི་ས། ཤར་ལྷོགས་ནག་པོ་  
 ལྷུ་ཡི་སྒྲ། ལེ་སྤང་ཡོས་ལྷ་དུས་ཚོད་འབྱུག ལཟའ་སྤར་བ་སངས་སྤར་  
 མའི་གནས། ལྷང་ལའི་ལོ་མ་ལས་སྟོ་ཡིན། ལྷལ་བའི་རྒྱང་གཡས་བའི་སྤིང་  
 སྟོ། ལྷུང་གི་རྒྱང་གཡོན་ལྷོགས་ཤར་སྟོང་། ལྷི་ས་བཞི་ཡི་རྒྱང་བ་ཡིན། །  
 སྟོ་གདན་ལི་འགྲུལ་ལྷ་ས་ཡིན། སྟོ་ལྷི་མཛུགས་མ་སྒྲིལ་ས་ཡིན། འདི་ལ་  
 སྟེར་བུན་རབ་རྒྱག་ན། ལབ་དུང་གི་ཚེར་ལུང་བབ་བ་ཡིན། ལྷེར་གསུམ་ས་  
 འོག་འདྲེ་མོ་ལང་། ལྷུ་སྤར་ལྷི་བུར་བབ་བ་ན། ལག་ཤིན་བྱི་དུ་བ་འབྱུལ་བ་

ཡིན། །ན་འབན་གཉན་གྱི་རྟུང་འབྲུལ། །མུང་ཁད་བདུང་གི་རྒྱན་མ་ཆས། །  
 དེ་སོགས་གཉིས་འདི་ལད་པ་ན། །འཁྲིང་བཅས་སོགས་ས་ལ་ངན། །ས་གཡོ་  
 འབྲུང་ངམ་ཁྱིམ་མཆོས་རྒྱལ། །དིང་དིང་སྒོ་བརྒྱུག་ས་སྒོ་འབབ། །སྒྱིན་དིང་  
 གོར་མོ་བབ་པ་ན། །ཤི་གསོན་བར་གྱི་གཟུང་ཡིན། །བག་ཆོ་ཙྰ་རི་བབ་པ་  
 བ། །གཡོག་གི་རྒྱང་གངས་མ་ཞིག་དོ། །དེ་གྲུ་རྒྱལ་མོ་བབ་པ་ན། །འཁྲི་  
 མོའི་སྒྲག་ཤར་མ་ཆད་དོ། །ཤིང་ཤག་བྱ་རལ་བབ་པ་ན། །སྒོ་ཁྱིའི་ལྷགས་  
 ལུང་མ་འཐོར་དོ། །སྒྱེར་གྱི་ཀྲུ་ཡེ་བབ་པ་ན། །ཁྱིམ་མཆོར་སྒོ་མ་ཞིག་དོ། །  
 ཟམ་སོ་བཞི་ཡི་དང་པོ་འདི། །ཁོང་བུའི་ར་བནད་པ་ཡི། །མལ་རྟེན་ཡིན་ཕྱིར་  
 བརྒྱུང་ན་ལེགས། །དུར་གྱི་མོ་ལ་ས་སྒོ་ཡིན། །ས་སྒོ་མ་བྱེད་མ་ན་དགལ། །  
 རག་པའི་མོ་ལ་ཕྱི་ནང་མཆོམས། །མ་འགྱོད་མ་འཛིགས་བར་མ་དགོས། །  
 མཆོར་མོ་ལྷས་གཞུག་རྒྱན་མའི་ས། །སྒྱེར་གྱི་བྱ་ལུན་རྒྱན་མའི་དོ། །སྒྲར་  
 །ཁ་གང་རི་སེར་པོ་བཤད། །

གསུམ་འདི་སྒྲིང་དགའ་དང་པོ་ཡིན། །རྒྱལ་འཁྲིང་གི་བཞོག་སྟེ། །བཞོག་  
 གསུམ་གྱི་རྒྱུང་བ་ཡིན། །གཙུག་པའི་འཁྲིང་རྩེ་ས་ཡིན། །ཁྲིང་གི་རྟེན་རྒྱུང་  
 རྒྱུག་ས་ཡིན། །འཁྲིང་གི་རི་མི་གངས་མཁའ་། །སྒྲུ་བཞོག་གསུམ་བརྗོད་  
 ས་ཡིན། །ཁྱིམ་ས་གསུམ་གྱི་རྒྱུང་བ་སྟེ། །སྒྱེད་འཁྲིང་རྒྱུགས་གནས་མལ་  
 ཡིན། །ར་ལུག་རྒྱང་བཅས་ས་མལ་ཡིན། །རྒྱུག་ལོ་བ་ཡི་ལོ་ཁྱིམ་ཡིན། །ལོ་རྒྱུག་  
 འབྲུག་རྒྱུ་སྒྲིང་སྒྲུལ། །ཁྱོགས་ནི་ཉི་མ་ཤར་རྟེན་མཆོམས། །རུལ་སྒྲུལ་

ཕྱི་བ་གཡས་པའི་ལྟེ་བ། །བྱུང་གི་རྒྱུ་བ་གཡས་པ་ཡིན། །ཆུང་གསུམ་དག་  
གི་ཕྱི་ར་འདིར། །རོ་བསྐྱེད་འོ་དམར་མ་བབ་དགོས། །སྒྲ་ཅི་ཆུ་སྒྲར་ལྷི་བྱར་  
ཡིན། །ལུན་པ་རིམ་དགུ་མ་གཡོགས་དགོས། །སྒྲ་ཅི་སོ་ཡོན་ནག་མོ་ཡིན། །  
འདབ་ཆགས་གཤོག་ལུག་མ་ལོག་དགོས། །སྒྲ་ཅི་བྱ་ཡུན་ནག་མོ་ཡིན། །ལུ་  
ཆ་ཆུང་གིས་མ་ལོག་དགོས། །སྒྲ་ཅི་ཆུ་སྒྲར་སྒྲུབ་གསུམ་ཡིན། །ཐབ་ལྟ་སྒྲོ་བྱ་  
མ་བྱོས་དགོས། །སྒྲ་ཅི་མ་ཟེ་སྒྲོ་བཞི་ཡིན། །དེ་སོགས་དམ་སྒྲིགས་སྒྲིང་སྒྲིང་དོ། །  
ལུ་ཆ་ལ་སོགས་དག་ལ་རྩུབ། །ཁི་བསང་ཆུང་གི་མཐན་བ་བྱ། །གསུམ་ལ་  
གཡུང་བྱུང་སྒྲིང་བྱ་དགོས། །སྒྲ་ཅི་སྒྲུམ་མཉམ་སྒྲུམ་བརྒྱག་ཡིན། །གཡུ་སྒྲུང་  
ཐབ་ལ་འཁོར་ན་བཟང་། །སྒྲ་ཅི་སྒྲིང་གི་ལེ་དུན་ཡིན། །བག་མ་སྒྲིང་གི་ཆུ་  
མིག་དགོས། །སྒྲུམ་རག་དཀར་མོ་རིང་ཆུ་ཡིན། །རྒྱ་མོར་བར་གྱི་དོན་ས་  
སྒྲེ། །ཆེ་ཆེ་ར་ཡི་ས་ལ་དབྱད། །སྒྲུབ་པའི་སྒྲུབ་སྒྲོང་བ་སྒྲོ་ཡིན། །དཀར་  
ཁམས་འདོག་རིགས་གང་བབ་བཟང་། །

བཞི་འདི་གཡང་གི་ར་བ་ཡིན། །ཁོར་གྱི་ཀ་བ་བཅུ་གས་ས་ཡིན། །མིང་གི་ཆུ་  
མིག་དོལ་ས་ཡིན། །ཕྱ་ལུམ་སྒྲ་མཆོད་དཀར་མོ་ཡིན། །གཡང་གི་ལྷིང་བྱར་  
བཅུ་གས་ས་ཡིན། །གོག་གི་རྒྱ་མཆོར་བསྐྱེད་ས་ཡིན། །དཀོར་ཁོར་སྒྲ་ཐག་  
དགྱིས་ཡིན། །རྟོན་ལུག་གསུམ་འཕེལ་ས་ཡིན། །མན་འཕེལ་གྱིང་རི་  
དཀར་བོ་ཡིན། །རྒྱ་མཆོད་ལྷི་ལྷོ་བ་ཡིན། །ཡོས་ལུ་ལོ་པའི་ལོ་ཁྲིམ་སྒྲེ། །ལོ་  
ཡོས་སྒྲུལ་ལྷ་དུས་ཆོད་རྟ། །ཁྱོགས་ནི་ཉི་མ་ལྷོ་སྒྲོང་ཡིན། །རུས་སྒྲུལ་མཁལ་

གཡས་པའི་རྩ་མ། །བྱ་རྒྱལ་ཁྱུང་གི་ཐོ་བ་ཡིན། །བ་དཀར་རྩ་མ་མ་ཚོག་  
 དགོས། །སྒྲི་མེ་སྒྲི་དམར་ཐོག་ཡིན། །ཡང་ན་ཕུང་བར་ཨ་ཁད་ཡིན། །  
 གཡང་གི་ར་བ་ཐུགས་མོ་ལྟ། །འཇང་བ་ལྟ་དམར་མ་བབ་དགོས། །སྒྲི་མེ་སྒྲི་  
 གསུམ་སྒྲོ་བརྒྱལ་ཡིན། །གཡང་གི་བང་སྒྲོ་མ་ཆག་དགོས། །སྒྲི་མེ་བྱ་ར་ལ་གང་  
 རུང་ཡིན། །རྒྱ་མཚོ་གཏིང་ནས་མ་སྒྲུབ་དགོས། །སྒྲི་མེ་ཡི་ཡན་སྒྲོ་མོ་ཡིན། །  
 ལྟོང་རྩ་རྒྱ་མཚོ་མ་དཀྱུག་དགོས། །སྒྲི་མེ་མ་ཟེར་སྒྲོ་བཞི་ཡིན། །ལྟོ་ཕྱགས་  
 གྲུ་ཡི་ཀ་བ་དེ། །མི་འགྱུར་ལྟོ་ནས་བཅུགས་ན་བཟང་། །སྒྲི་མེ་ཡར་ལྷིང་དཔའ་  
 བོ་ཡིན། །མར་ལྷིང་བབ་ན་འགྲེལ་བ་ཡིན། །སྒྲི་མེ་དེང་བབ་ན་ཁྲེས་བ་ཡིན། །  
 ར་འབན་བབ་ན་འཐོར་བ་ཡིན། །བཞི་ལ་བག་གི་བྱ་བར་ན། །དུང་ཐོ་ཨ་གཤམ་  
 རྒྱ་མཚོ་བཟུངས། །བཞི་ལ་ཅེ་ར་བབ་བ་ན། །ཁུ་བྱུག་གསུང་སྒྲོ་ནས་ལྟོ་  
 གཤམ། །སྒྲི་བག་རུ་མོད་བབ་བ་ན། །གི་བྱའི་སྒྲི་དཔ་ལྟོ་ནས་གཤམ། །  
 ལྟོ་ཕྱགས་གདོན་དང་དགའ་འོ་ཡིན། །མ་དྲོས་མཚོ་ལ་གཡང་ཞག་འཁྱེལ། །  
 སྒྲི་མེ་ཚོ་ལ་ཆེ་བ་བརྒྱལ་ཡིན། །བཞི་ལ་དཀར་ཐོག་གཡུང་བྱུང་ན། །རྩ་འབྲུལ་  
 བ་ཡི་རྩ་མ་རྒྱལ། །བཞི་ཡི་སྒྲིང་གི་སྒྲིར་དགར་འདི། །འཇམ་བུ་སྒྲིང་བའི་མོ་  
 མདུད་ཡིན། །ཁྲིག་པ་ཁ་གསལ་མོ་ལ་བཟང་། །དེ་ལྟར་བཞི་འདིར་བཟང་སྒྲེ་ཡི། །  
 བརྒྱལ་ཁག་ཡང་ཅན་བབ་ན་བཟང་། །ཁྲིག་ར་ལ་གོད་སྒྲིང་དོ་བབ་ན། །གཡང་  
 ཉམས་ནོར་གོད་འོང་བའི་དོ། །སྒྲི་དང་འཕྲེས་པས་སྒྲི་མཚོ་ད་བྱ། །གཡང་  
 འགྲུགས་བྱ་ཞིང་བསེ་རག་བཀར། །

ལྷ་འདི་མི་འགྲུང་དག་ས་ཡིན། །ལྷོ་ཕྱོགས་འཛེང་གི་གཡུལ་ས་ཡིན། །སློན་  
 བོ་ལག་ནག་ཞོན་པའི་ས། །སློན་མོ་མི་རྒྱུ་ཆས་པའི་ས། །གནམ་གྱི་གཡལ་  
 རྒྱུམ་པའི་ས། །ས་ཡི་གཡོན་ཤ་བརྟེན་པའི་ས། །ཐུག་དམར་བྱ་དགུ་ལང་  
 པའི་ས། །ངམ་གྱི་བྱི་བ་གཡུ་མཐུར་ས། །བྱ་སྤྱིང་མག་པའི་གླིང་རི་ཡིན། །  
 །འབྲུག་ལོ་བ་ཡི་ལོ་ཁྱིམ་སྟེ། །འབྲུག་ལོ་རྩ་རྒྱ་ལུག་གི་དུས། །རུས་སྤལ་ལག་  
 གཡལ་པའི་སྤོ་འཛིང་། །ཁྱུང་གི་སོག་པ་གཡོན་པ་ཡིན། །བླ་གཟའ་རྒྱ་བ་  
 སྤར་ཁ་ཐོན། །ཕྱོགས་ནི་ཉི་མ་ལྟོ་སྤྱད་ཡིན། །ལྷོ་ཕྱོགས་གཤིན་ལམ་སྒྲུ་མོ་  
 དེ། །འགྲུལ་དང་མི་འགྲུལ་ལྟ་ས་ཡིན། །གཏམ་ལམ་འགྲུལ་དང་མི་འགྲུལ་  
 ས། །ཉེ་རིང་རམ་སོ་ལྟོ་དག་ས། །ནད་པར་མཁལ་མའི་དབྱང་ཐག་སྟེ། །  
 མཆོར་མོར་ལྟོ་ཡི་གཟས་རི་ལ། །དག་སྒྱུང་འཛབ་བུ་ཡི་བྱེད་བཟ། །བཟང་  
 དག་དག་གཤོན་དྲག་པོའི་པོ། །ཏུཅང་ལད་ན་འབྲུག་ལོ་དང་། །བྱ་སྤྱིང་མག་  
 པ་དག་ལ་ངན། །ཕྱིས་སྤུ་ཤི་བའི་འདྲེ་སྤྱི་དང་། །དུར་སྤྱི་སྤྱོ་འདྲེ་རབས་ཆད་  
 གཤོན། །སྤུག་བསྤལ་ཅན་དང་འབྲེལ་ཆགས་ལེན། །རྟ་ཆང་མཛོ་སྤྱ་ཞིག་ཅེས་  
 ངན། །རབས་ཆད་བྱེ་བུལ་རྒྱལ་བསྐྱས་དང་། །མཛོ་ཆང་བསྐྱས་པས་བརྒྱག་  
 གཞི་བྱེད། །རྒྱ་པའི་མོ་ལ་ཤིན་རྟ་ངན། །བན་བོན་བསྐྱས་ལ་གཏོ་ཡས་  
 འཕོང། །ཁྲམ་ཁ་བསྐྱར་བའི་ཆོག་བྱ། །  
 དུག་འདི་བཞོག་འབྲིང་བོ་ཡིན། །ཕྱིས་ས་གསུམ་གྱི་བར་མ་ཡིན། །མོ་བཙུན་  
 དར་མའི་ས་མལ་ཡིན། །མི་གངས་ཀ་བ་བཙུགས་ས་ཡིན། །ཁྱུང་མ་གཤོན་



པའི་ས་མལ་ཡིན། །མ་འབྲི་མོད་གསུམ་ས་མལ་ཡིན། །མོ་བཅུན་ཐབ་གཡང་  
 ཆགས་ས་ཡིན། །སྐུལ་ལོ་བ་ཡི་ལོ་མལ་ཡིན། །སྐུལ་ལོ་ལུག་ལྷ་སྐུལ་གྱི་  
 དུས། །མིག་དམར་རྒྱལ་དང་སྤར་ཁ་ལི། །རུས་སྐལ་སྒྲེ་མཆེན་པའི་ཁོག་  
 བ། །བྱུང་གི་གཤོག་བ་གཡས་བ་ཡིན། །ཁྱོགས་ནི་ཉི་མ་ལྟོ་རུབ་མཚམས། །  
 རྒྱལ་པོ་གདན་དང་མ་བྱེད་གོས། །ལུང་མེད་མདུན་ཁུམ་གྱོན་དགོས། །སྒྲ་  
 བྱི་སོ་ཡོན་སྒྲོ་བར་ཡིན། །གནང་བཅན་བྲང་ལ་མ་བརྟུང་དགོས། །སྒྲ་བྱི་གོ་  
 སྒྲོང་བབ་ན་ཡིན། །བྱིའུ་རྒྱུང་དོད་དང་མ་བྲད་དགོས། །ཆོལ་ཆེའི་ལན་གྱི་བག་  
 ལྷི་ཡིན། །གྱོད་སྤང་ཁལ་ཁུར་མ་བབ་དགོས། །སྒྲ་བྱི་སྤང་སྐུམ་རེ་ལོག་ཡིན། །  
 དྲོང་རིགས་བབ་ན་མཛོལ་ངན། །སྒྲོ་བྲག་བབ་ན་རྟ་ལ་ངན། །སང་བྲག་བབ་  
 བ་སུ་མོར་ངན། །སྐྱུར་བབ་ཉ་ཆེན་ཡོར་མོ་ཡིས། །རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོ་བསྐྱུང་བ་  
 ཡིན། །དུམ་དག་ལྷ་ས་གང་ཡང་བཟང་། །ངན་སྒྲིགས་བབ་ན་ལུང་མེད་དང་། །  
 ཐབ་གཞོབ་ན་ལ་ལུག་གི་བ་གྱི་རོ། །བ་ནག་བྱར་སེལ་རྒྱལ་མདོས་བྱ། །  
 བདུན་འདི་མོ་ཡི་སྒོ་ལུག་ཡིན། །སྐྱེས་སྤང་ར་མའི་སྒོ་རྩ་ཡིན། །ལུ་རུ་པ་ཆོའི་  
 བང་མཛོད་ཡིན། །ཉིས་ཁུག་མོ་ཡི་མགོ་བོ་ཡིན། །སྐྱེས་གྱི་ཕོ་སྒོ་གཏད་ས་  
 ཡིན། །ཁོག་རྟ་འགལ་མཛོའི་ས་མལ་ཡིན། །དབུས་གྱི་རི་བོ་མཆོག་རབ་  
 ཡིན། །གཟུང་དཔོན་རྗེ་ཡི་སྤྱིང་རི་ཡིན། །དོན་དེ་ཨེ་འགྲུབ་ལྷ་ས་ཡིན། །རྟ་  
 ལོ་བ་ཡི་ལོ་བྱིས་ཡིན། །རྟ་ལོ་སྐུལ་ལྷ་བྱ་ཡི་དུས། །གཟུང་བྱི་བ་སངས་སྤར་  
 ཁ་ལི། །རུས་སྐལ་མགོ་བོ་བ་ཡི་མིག །བྱ་རྒྱལ་བྱུང་གི་རྟོ་བ་ཡིན། །ཁྱོགས་

ནི་ནི་མ་རུབ་སྟོང་དོ། སློལ་དམག་མེ་བྱེར་མ་བབ་དགོས། །སླ་ནི་བྱ་མེད་  
སེ་སྟོང་ཡིན། །གཡའ་སྤང་ཏྲ་ལས་མ་ལྷུང་དགོས། །སླ་ནི་གནམ་ས་ཡུང་བར་  
ཡིན། །ཚོང་དཔོན་དབྱུག་བ་མ་བཟུང་དགོས། །སླ་ནི་སྐྱུམ་དཀར་ལི་ཡན་  
ཡིན། །ཚོང་དཔོན་ཚོང་ཚོང་མ་ཟད་དགོས། །སླ་ནི་ལི་ཡན་ཁོག་སྟོང་ཡིན། །  
བདུན་ལ་ཡར་ལྷིང་དཔའ་པོ་བབ། །རྒྱབ་སྟོགས་བདུད་གྱི་ཀ་བ་ཚྭ་གས། །དྲོང་  
གི་མ་ཟེའགྲེལ་བ་ཡིན། །བདུན་ལ་བྱ་ཡུན་བརྒྱུག་ཅན་ན། །རྒྱབ་སྟོགས་ཐེ་  
བས་གཏམ་སྟན་བསྐྱུག །མགོན་པོ་སླེབ་ཁའི་གཏམ་སྟན་ངོ། །དྲོང་གི་ཨ་  
ཁད་ཅེ་མ་ན། །ཟངས་ཁས་རྒྱབ་སྟོགས་གཏམ་ངན་བྱིར། །རྒྱབ་ནས་དགྲ་  
དང་གདོན་གྱི་ངོ། །ཨ་ཚོ་བདུད་གྱི་གདུང་མ་བྲེས། །ཡུང་རལ་བབ་ན་ཆགས་  
བ་ཡིན། །བདུན་གྱི་ཨ་ཁད་ཅེ་མ་ན། །རྒྱ་སྟག་དམར་པོས་ནགས་ཚལ་བསྐྱུང་།  
འཛང་གི་ཕྱེ་ཅུ་བརྒྱུད་བས་བཟང་། །བྱོད་ཡུར་གཡའ་སྤང་བྱ་ར་ཡིན། །བྱ་  
ཡུན་བབ་ན་སོ་བ་ཡིན། །དིང་དིང་བབ་ན་ར་བ་ཡིན། །དེ་སོགས་བཟང་  
རིགས་སྤང་ཁམས་བཟང་། །ངན་སྟོགས་སྟོ་འཛིན་གྲོང་དཔོན་ངན། །བརྒྱད་  
འདི་མོ་ཡི་མིག་ཡིན་ཞིང་། །ནོར་གྱི་གཡང་ར་གོང་མ་ཡིན། །ཨ་སྐར་ཡི་བྲག་  
ལྷག་ཡིན། །བཙོམ་ལྷན་འདས་གྱི་བཞུགས་ས་ཡིན། །སངས་རྒྱས་ཚེས་གྱི་  
གདན་ཁྲི་ཡིན། །གཡུང་དྲུང་པོན་གྱི་དབལ་ཁད་ཡིན། །བཟའ་དཔོན་སྐྱུན་  
གྱི་སྤྱིང་རི་ཡིན། །ཇག་དཔོན་མགོན་དཔོན་ས་མལ་ཡིན། །དགྲ་སྒྲ་ནམས་  
གྱི་བང་མཛོད་ཡིན། །དགེ་སྟོང་ཚེས་གོས་ཅན་གྱི་ས། །སྟོགས་ནི་ནི་མ་རུབ་

སྒྲིབ་ཡིན། །གདོན་ཕྱ་གདོན་གྱི་ཁང་པ་ཡིན། །ལུག་ལོ་པ་ཡི་ལོ་བྱིམ་སྟེ། །  
 ལུག་ལོ་བྱ་བླ་བྱི་ཡི་དུས། །གཟའ་ནི་སྟེན་པ་སྤར་ཁ་ཁོན། །རུས་སྤལ་མཆིན་  
 པ་བའི་དོན་སྟིང་། །འདབ་ལྗན་བྱུང་གི་མིག་འབྲས་ཡིན། །སྒྲུམ་ནག་སེ་  
 སྟོད་མ་བབ་དགོས། །སྟོན་པོ་རུས་པའི་མཆི་མ་ཡིན། །མི་ཡི་སྟིང་དེ་མ་བྱུང་  
 དགོས། །སྒྲུ་ནི་ཆུ་དོ་ལི་ཡན་ཡིན། །རྒྱལ་པོ་གདན་དང་མ་བྱེས་དགོས། །  
 །སྒྲུ་ནི་བྱུང་བར་བྱ་རལ་ཡིན། །དེ་སྟོགས་ངན་སྟིགས་བབ་པ་ན། །བན་བོན་  
 ལྟ་སྤྱང་མ་དབྱེས་ཤིང་། །ཆག་ཉམས་པ་སྒྲུན་གཡང་ཉམས་ངོ་། །དིང་དིང་ཨ་  
 །ཁད་ཆོལ་ཆོལ་གསུམ། །བརྒྱད་ཀྱི་སྟེང་དུ་བབ་པ་ན། །སྟིང་མ་བྱུང་པའི་རྩེ་  
 ཡིན། །གལ་བར་གྲེ་མོ་ཐོད་དཀར་སྟེ། །བརྒྱད་ཀྱི་སྟེང་དུ་བབ་པ་ན། །ཡན་  
 བྱུང་སྒྲུག་པོས་རི་རབ་བསྐྱངས། །ལོ་བརྒྱད་བར་དུ་གཞིས་མོ་གཡོན། །  
 དགུ་འདི་ལེའུ་ཁང་པོ་དང་། །ཁུ་པོ་བོན་གྱི་གླིང་རི་ཡིན། །གཡུང་དུང་བོན་  
 གྱི་གདན་བྱི་ཡིན། །གཤེན་རབ་ཕྱག་ཤིང་བཅུ་གས་ས་ཡིན། །ལྟ་གཞི་གསས་  
 མཁར་བརྟོད་ས་ཡིན། །སྟེལ་ལོ་པ་ཡི་ལོ་བྱིམ་ཡིན། །སྟེལ་ལོ་བྱི་བླ་པག་  
 གི་དུས། །སྒྲུ་གཟའ་ནི་མ་སྤར་ཁ་དུ། །རྒྱ་སྤར་རྟ་ཆུང་བྱོགས་ལུབ་བྱུང་། །  
 །རྟ་དོ་ཨི་མཐོ་རྟ་ས་ཡིན། །བྱི་མ་ནང་གི་བཅུ་སོ་ཡིན། །རྟ་ས་འདྲེ་ཡི་མ་  
 ཐོག་དགོས། །སྟེར་ནག་མགོ་རྟུམ་བབ་ན་ཐོག །གཤེན་རབ་གདན་བྱི་མ་  
 ཞིག་དགོས། །ཤིང་ཤག་བྱ་རལ་བབ་ན་ཞིག །ལེའུ་འདུན་ངོ་མ་ཐོག་དགོས། །  
 །སྟེར་གསུམ་སྟོ་བརྒྱག་བབ་ན་ཐོག །མཐུན་གཉིས་བར་གྱི་བྱུང་སྟེ་ནི། །བྱུང་

བར་བྱ་རལ་བབ་ན་ཡིན། །ལྷ་ས་མིན་མོས་མ་བླང་དགོས། །སྐྱེད་གྱི་ངན་རིགས་  
བབ་ན་ཡིན། །དེ་སོགས་ངན་པ་བབ་གྱུར་ན། །ལེའུ་ཁང་པོའི་ཕྱོགས་ལ་  
ངན། །གཡུང་དྲུང་པོན་དང་འགས་པའི་མོ། །དུར་སྤི་མནན་ལ་གསས་མཁར་  
བརྟོད། །སད་གྱི་མུ་ལེ་ཟུར་གསུམ་གྱི། །གཡུང་དྲུང་ཨ་ཁད་ཅེས་བྱ་བ། །  
བབ་ན་པོན་གྱི་རྩི་ལྟ་ཡིན། །དེ་སོགས་བཟང་སྟེ་བབ་ན་ལེགས། །བརྩུ་འདི་  
སྟོན་ལམ་བྲག་ཐོག་ཡིན། །སྤིང་པའི་རྒྱན་རྒྱོན་ས་མལ་ཡིན། །མོ་ཡི་ལ་ཁ་  
གནམ་སྟོ་ཡིན། །དགུང་སྟོན་མཐོན་པོའི་ཡང་སྟེང་ཡིན། །གཡུ་ཡི་བྲག་པ་སྟེ་  
ས་ཡིན། །ཁྱིམ་ས་གསུམ་གྱི་ཆེ་བ་དང་། །བ་ལོག་གསུམ་གྱི་ཆེ་བ་ཡིན། །ཁྱི་  
ས་གསུམ་གྱི་ཁ་གཏོན་ཡིན། །རང་ས་གསུམ་གྱི་ཁ་འཛིན་ཡིན། །ཁྱི་མོ་མནང་  
ཆེན་གནས་མལ་དང་། །མ་སྟུ་རྒྱན་རིམ་ས་མལ་ཡིན། །བྱ་ལོ་བ་ཡི་ལོ་ཁྱིམ་  
ཡིན། །བྱ་ལོ་པག་ལྷ་བྱི་པའི་དུས། །གཟའ་སྐར་ལྷ་བ་རྩུ་སྟོད་དེ། །སྐར་ཁ་  
དུ་སྟེ་ཕྱོགས་བྱང་སྟོད། །མགོན་གྱི་ལམ་སྟོ་ཆོང་རྒྱབ་ཁལ། །རུས་སྤལ་ཅིབ་  
ལོག་པའི་ཟ་འགམ། །ཁྱུང་གི་རྩ་བ་གཡས་བ་ཡིན། །གནམ་སྟོ་མ་ཕྱེད་མ་  
ན་བཟང་། །སྐྱམ་རིགས་དངས་མ་བཟང་ན་ཡང་། །སྐྱམ་ནག་ལེའུ་མི་རུང་  
ངོ་། །གྲོང་གི་མ་ཟེ་བབ་བ་ན། །བྱང་ཕྱོགས་བཙན་གྱི་ཀ་བ་འགྲེལ། །ད་  
རོག་བབ་ན་བྱང་ཕྱོགས་ནས། །མཚོང་གི་གདུང་མ་བྲེས་བ་ཡིན། །ཁྱུང་  
བར་བབ་ན་གདུང་མ་ཆག །བརྩུ་ཡི་ཨ་ཁད་ཅེ་མ་ན། །བྱང་ཕྱོགས་གཡུ་རི་  
སྟོན་པོའི་ཅེར། །རྒྱ་བྱ་ཁ་པོས་གདམ་སྟོན་ཐོས། །བུ་སྟེ་རྩ་མགྲོགས་གདམ་

སྒྲན་འོང་། །བརྩ་ལ་བྱ་རལ་བབ་བྱུར་ན། །འོལ་བས་བྱང་གི་གཏམ་ངན་  
ཡིན། །གནམ་གྱི་སྒྲར་ཁུང་མ་བཅོང་དགོས། །སྒྲ་ནི་སྤང་སྒྲུམ་རེ་ལོག་ཡིན། །  
སད་གྱི་སྤང་ཆོ་བབ་པ་ན། །བྱང་ཕྱོགས་ཅོག་འཛིག་ཏམ་སྒྲན་ཡིན། །བརྩ་ཡི་  
སྤང་ཟེ་ཁ་ལངས་ན། །གཡུ་འབྲུག་སྒྲོན་མོས་ནམ་མཁའ་བསྐྱུངས། །བརྩ་  
ལད་ཀན་རིམ་མ་བྱིར་ངན། །

བརྩ་གཅིག་མོ་ཡི་སྒྲོག་ཡིན་ལ། །དག་སྤེལ་གནས་མལ་གོང་མ་ཡིན། །ཁྲ་  
ཀན་ཉི་མ་འདེ་ས་ཡིན། །ཁྲ་མེའི་གཤོག་པ་རྒྱུང་ས་ཡིན། །ཁྲ་ལྷག་ཅེད་མོ་  
ཅེ་ས་ཡིན། །ཁྲ་མ་བུས་བྱིན་ལེན་སྤྲད་ས་ཡིན། །དོན་ག་རེ་འདི་རེ་ལྷ་ས་  
ཡིན། །སྒྲོ་བྱིའི་རྩ་ཡོག་བྱེད་ས་ཡིན། །བྱང་མེད་སྒྲོ་ལྷས་བྱེད་ས་ཡིན། །ནད་  
པའི་སྒྲོག་གི་སྤྱངས་ས་ཡིན། །ཤོ་ལྷའི་བཅོན་མཁར་གོང་མ་ཡིན། །དག་  
སྤེལ་རྒྱལ་ལམ་དང་པོ་ཡིན། །དག་སྤེལ་སྤྱིང་རི་དཀར་པོ་ཡིན། །ཤོ་ལྷ་དྲུང་  
ཁུང་འབབ་ས་ཡིན། །དྲུང་ཁུང་གཤོག་པ་རྒྱུང་ས་ཡིན། །དྲ་མ་སྒྲུ་གཅིག་ཆས་  
ས་ཡིན། །ཁྲོ་ཁུ་མེན་མཁར་སྒྲོ་ཡིན། །ཡབ་ལྷ་མཆེད་དུག་འདུ་ས་ཡིན། །  
དག་སྤེལ་སྒྲོག་དམར་འབྱུར་ས་ཡིན། །དམག་དཔོན་དར་འཛིན་དག་དང་  
ནི། །གཙོ་བོ་སྤྱོ་འཛིན་གྲོས་ར་ཡིན། །ལམ་རྒྱལ་མི་བོའི་ཆེ་ས་ཡིན། །དག་  
སྤེལ་དར་ཆེན་བྱུར་ས་ཡིན། །ཤོ་ལྷ་སྤྱང་ཆེན་འབྱུང་ས་ཡིན། །བྱི་ལོ་པ་  
ཡི་ལོ་བྱིམ་སྟེ། །བྱི་ལོ་བྱི་ལྷ་སྤྱང་གི་དུས། །ལུར་བུ་དཔོ་དང་ཁན་གྱི་ས། །  
དུས་སྤལ་རྒྱུ་རྒྱུ་གཤོན་པའི་རྩ་གཡས། །དྲུང་ཁུང་མཆུ་ཡི་གནས་མལ་ཡིན། །

བདུད་གྱི་ཞབས་རྩོད་བབ་བ་ཡིན། །དག་སྒྲ་ནལ་གྱིས་མ་མཐོལ་དགོས། །དུ་  
ངམ་ལྷི་ཐུང་བབ་ན་མཐོལ། །པོ་ལྷ་དཔེ་ཡིས་མ་མཐོལ་དགོས། །སྒྲུམ་དང་  
མེ་སྟོད་བབ་ན་མཐོལ། །གནམ་གྱི་དུ་གའ་མ་བཀའ་དགོས། །འི་ཡན་  
མེ་སྟོད་བབ་ན་ཡིན། །བརྩ་གཅིག་སྟེང་གི་ཡར་ལྷིང་དེ། །སེང་གོ་དཀར་  
མོས་གངས་རི་བསྐྱངས། །འི་ཡན་བག་ལྷི་ཐུང་རལ་སོགས། །བརྩ་གཅིག་  
ལང་ན་དག་སྒྲ་ཁྲོས། །བསང་མཚོད་དག་སྒྲ་དཔང་བསྟོད་བྱ། ॥

བརྩ་གཉིས་ཡེ་ངམ་འབྲུགས་སོ་ཡིན། །ངམ་གྱི་མགར་བའི་ཚོགས་ར་ཡིན། །  
ཉ་ར་བྱི་ཡི་བོད་བ་ཡིན། །ངམ་གྱི་རྒྱལ་ནག་འཚོགས་ས་ཡིན། །ཤ་བ་ཡུ་  
མའི་བརྟུང་ར་ཡིན། །ཨ་བ་སྤང་མགོའི་བྲེས་ར་ཡིན། །ཨ་བ་རྟོར་གྱི་དག་  
ས་ཡིན། །ཁ་དག་དག་དང་དོ་དག་གདོན། །བྱིངས་ཆེན་བྱང་གི་དག་ས་ཡིན། །  
གཤིན་ལམ་བྲེས་གྱི་བྱང་ལམ་ཡིན། །ལག་ལོ་བ་ཡི་ལོ་མལ་ཏེ། །ལག་ལོ་སྤང་  
སྒྲ་ཉལ་གི་དུས། །རུས་སྤལ་མཐུག་མ་བཡི་ལྷག་ །སྤང་གི་ར་རྩེ་གཡོན་བ་ཡིན། །  
གཤིན་གྱི་དུ་བ་མ་འབྲུལ་དགོས། །ན་འབན་བབ་ན་དུ་བ་འབྲུལ། །བཙན་གྱི་  
ངག་བ་མ་ཆས་དགོས། །མ་ཟེ་སྒོ་བཞི་བབ་ན་ཆས། །ཡང་ན་ཐུང་བར་ཨ་  
ཁད་ཡིན། །བརྩ་གཉིས་ལང་ན་གཤིན་ལམ་བྲེས། །དུར་བྱ་མགོན་བྱ་རྩ་རྒྱལ་  
ངན། །སྟོང་གསུམ་འབྲུགས་བ་ཡོ་བཙོས་བྱ། ॥

བརྩ་གསུམ་སྒྱི་ཚོས་སྟོང་བཞག་ཡིན། །དགྲུང་སྟོན་གནམ་གྱི་འཇུ་ཐག་ཡིན། །  
དབག་བསམ་གིང་གི་རྩེ་མོ་ཡིན། །མཉེས་མཚུན་རྣམས་གྱི་སྒྲ་རི་ཡིན། །དུང་

ཁྱེད་དབྱེད་ཡོན་པ་བྱ་ཡིན། ཁྱེད་འབྲུལ་བ་ཡི་སྣ་ཐག་ཡིན། རི་མགོ་ར་ལ་བཅས་  
བཅུ་གསུམ་མི་ཡིན། ཁྱེད་འོང་རང་གི་པ་བྱིས་དུ། ཁུ་དག་འག་ཏམ་སྟན་བྱེད་  
ས་ཡིན། མི་ཆེ་རིང་ཁྱེད་དབྱེད་ས་ཡིན། ཁྱེད་ཀུ་ཙོ་བོ་བརྒྱ་འདུས་ཀྱང་། ཁྱེད་  
ཁྱེད་དབང་ཆེན་གཅིག་གིས་བྱེད། ཡང་འཁོར་ལྷ་ལམ་དགར་པོ་ཡིན། ཁྱེད་  
བར་རྒྱལ་བའི་ཁང་བཟང་ཡིན། སྐུ་མ་ཏུ་གྲུབ་པའི་ལྷ་གནས་ཡིན། མགོན་  
པོའི་བྱ་ལྷང་ཕྱེ་མོ་ཡིན། མ་སངས་གཉན་གྱི་སྐུ་མཁར་ཡིན། བྱི་ལྷག་རོ་  
སོ་ལྷ་ས་ཡིན། ཁྱེད་ལྷག་རྒྱལ་པ་ཕྱོད་ས་ཡིན། སྐུ་མ་གདུགས་ཐོགས་ཅན་  
གྱི་ས། དམག་དཔོན་དར་འབྲུ་ཅན་གྱི་ས། རིགས་བརྒྱད་ཡོན་ཏན་ཅན་  
གྱི་ས། ཡུལ་རྩེ་གོང་གི་དཔོན་པོའི་ས། བརྒྱ་གསུམ་བཟང་ན་བཟང་ངེས་  
ཡིན། བརྒྱ་གསུམ་བར་ན་བར་ངེས་ཡིན། བཟོས་བཟོས་གོས་གྱི་གོང་བ་ཡིན། ཁྱེད་  
བཅུ་གསུམ་བཅུ་གསུམ་མཁར་གྱི་ཕྱེ་མོ་ཡིན། གནས་མལ་ཀྱན་གྱི་ཕྱེ་འཛོན་འདིར།  
སྐུ་པོར་དོ་ལེབ་མ་མནན་དགོས། སྐུ་དོང་གལ་བར་བབ་ན་ཡིན། གནས་  
ལྷགས་སེར་བ་མ་བབ་དགོས། མ་ཟེན་འབན་བབ་ན་ཡིན། རི་རྒྱལ་མགོ་  
ནས་མ་ཉིབ་དགོས། གནས་ས་བྱ་རལ་བབ་ན་ཡིན། སྐུ་བྱ་སྟེང་ནས་མ་  
བགད་དགོས། སྐུ་བར་ཐམས་ཅད་བབ་ན་ཡིན། བརྒྱ་གསུམ་སྟེང་གི་བབ་  
ལྷགས་ལ། མོ་ཆེ་དགུ་རིང་བརྒྱ་བབ་ན་ལེགས། གྱེ་བ་ད་རོག་དམུ་དབལ་  
གསུམ། ཆོར་ལ་ཆོ་ཡར་ལྷིང་གསུམ། ལྷི་བུར་རྩང་བྱེད་དང་གསུམ། མོ་  
ཡི་ཆེ་དགུ་དེ་སྟེང་དུ། ལ་ཆེན་དོང་དོང་བསྐྱན་པས་བརྒྱ། གཞན་ཡང་སོ་བ་

ནམ་པ་ལ། ཀླུ་སྒྲུབ་མཚུན་གྱི་སོ་བ་ཡིན། ལས་ལམས་ལྟ་ཡི་སོ་བ་ཡིན། རྩོད་ལུང་ལྟ་ཡི་སོ་བ་ཡིན། དེ་རྒྱུ་གི་སོ་བ་ཡིན། གྲེ་བ་ལེའུའི་སོ་བ་ཡིན། མོ་དང་མ་ཡར་ཡར་བབ་ན་བཟང་། བཅུ་གསུམ་སྟེང་གི་དྲུང་ལྷུང་དེ། དཔག་བསམ་ཅེ་མོ་ལྷུང་གིས་བསྐྱེད་སྤྲུང་། ལ་དུག་མོ་ཡི་སྐྱེད་སྤྲུང་གིས་ཡིན། གཉན་དང་མཛེན་དཔེ་འོང་བའི། རྩིའུ་རང་གི་གྲུང་ལ་འཁོར། བཀྲ་གིས་ཇི་བསམ་འགྲུབ་པ་ཡིན། །

ཆང་རབ་བརྒྱད་དང་བཅུ་གཅིག་གསུམ། མོ་ཡི་སྟེང་མིག་སྟོག་གསུམ་ཡིན། གཅིག་མིག་བརྒྱད་སྟེང་བཅུ་གཅིག་སྟོག་ འདི་བཞེན་ཅི་བའི་མོ་མ་དཀོན། གཅིག་སྟོག་བརྒྱད་སྟེང་བཅུ་གཅིག་མིག་ སྟོན་པོ་ལ་ནི་དེ་ལྟར་ཅི། བཅུ་གཅིག་སྟོག་ཏུ་བྱེད་པ་ནི། མཁས་པའི་བཞེད་པ་ཡིན་ཞེས་བཤད། གསུམ་དང་དུག་དང་བཅུ་རྣམས་ནི། མོ་ཡི་བཞོག་རྣམ་གསུམ་ཡིན། ཆང་རབ་བརྒྱད་དང་བཅུ་པ་གསུམ། མོ་ཡི་ག་ནས་མལ་རྣམ་གསུམ་ཡིན། བཞི་དང་བརྒྱད་དང་བཅུ་གཅིག་པོ། མོ་ཡི་རྒྱལ་པོ་རྣམ་གསུམ་ཡིན། བདུན་དེ་མོ་ཡི་སྟོན་པོ་ཡིན། གསུམ་དང་དུག་དང་དགུ་གསུམ་ནི། སྟེ་འཕེལ་བཅུ་མོ་རྣམ་གསུམ་ཡིན། གཉིས་ལྟ་དགུ་དང་བཅུ་གཉིས་ལ། མོ་ཡི་སྟོ་བཞི་ཞེས་སྤྲུང་བཤད། བྱིས་བཞི་དང་ཟ་མ་སོ་བཞི། གཡུལ་ངོ་བཞི་ལ་སོགས་པ་ནི། རྟོན་གཅིག་མེད་གི་རྣམ་གསུངས་ཡིན། རྒྱས་པར་བཅུ་གསུམ་འཁོར་ཅིས་རྒྱལ། ཞོག་ཆེན་འཕྲུལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་སོགས། གཞུང་གཞན་དག་ལས་གེས་



པར་བྱ། །

གཉིས་པ་མདུད་པའི་ནམ་གངས་ལ། རྒྱལ་མ་སྐྱེ་ཞིབ་འཕྲུབ་པ་བྲག། བརྒྱག་  
ཁས་བསྐྱར་ཏེ་སྒྲ་ཆོགས་འོང། བོག་མར་སྒོམ་གྱིས་མདོར་བསྟན་པ། ཞ་  
སྒོན་དགུང་གི་སྤྱེ་མདུད་ནི། མི་འབྱུར་རྒྱལ་པོ་དིང་དིང་༡།གཅིག། དོག་  
མོ་ས་ཡི་གཞི་མ་ནི། སྒྲིན་དིང་ས་གཞི་བདལ་བ་༧༡གཅིག། དབུས་གྱི་རི་  
པོ་མཆོག་རབ་སྤྱ། གལ་༧༧བར་རི་རྒྱལ་ལྟན་པོ་གཅིག། གསེར་གྱི་ཁྱི་  
གདུགས་ཉི་མའི་སྤྱ། བྱ་༧༧ལྟན་བྱ་ཁ་མཆོད་བརྒྱད་དང་། དུང་གི་སྤྱེ་པའི་  
སྤྱེ་མདུད་ནི། བྱ་བུར་དུང་༤༩སྤྱེ་རང་ཤར་གཅིག། དེ་ལ་དཔལ་སྤར་མཛོང་  
གསུམ་ཡོད། ཤེལ་གྱི་སྤྱར་མའི་སྤྱེ་མདུད་ནི། མུ་༤༩ས་ཤེལ་དཀར་སྤྱན་  
དུག་དང་། མཐའ་བཞི་རྒྱ་མཆོ་ཆོན་པོ་སྤྱ། སྤྱེ་ཆོ་མདུང་མོ་༡༩སྤྱེ་བཞི་  
དང་། དཔག་བསམ་སྤྱེན་པའི་སྤྱེ་པོ་སྤྱ། སྤྱེ་ཆོ་ཤིང་པོ་དགུ་༧༧འབྱུར་  
དང་། བདགས་པ་རྒྱལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་སྤྱ། དམུ་༧༧དག་ཆོ་མདུང་དར་བརྒྱན་  
གཅིག། མིད་པ་ཡོད་ཀྱི་གཞི་མ་སྤྱ། སྤྱེར་དཀར་༧༩ལྟན་མཆོད་བརྒྱད་  
དང་། གཡང་གི་འབྲི་མར་སེར་པོ་སྤྱ། ཆོལ་ཆོ་ལྷགས་༥༠མདོག་དུག་པོ་  
དང་། གཡང་མོ་ལྷག་གི་སྤྱེ་མདུད་དེ། སང་དཀར་ཆོལ་ཆོ་སྤྱན་དུག་དང་། སྤྱེ་  
སྤྱེན་སྤྱག་མའི་སྤྱེ་མདུད་དེ། བག་ཆོ་༥༩སྤྱེན་དཀར་སྤྱིང་བ་གཅིག། དེ་  
སྤྱེ་ཆོལ་ཆོ་བཅུ་གསུམ་དང་། ལྷུང་དཀར་མཛོ་ཡི་སྤྱེ་མདུད་དེ། ལྷུང་  
བརྒྱད་༥༧དུང་མཆོ་སྤྱེ་བཞི་དང་། འབར་བ་མེ་ཡི་སྤྱེ་མདུད་ནི། ཞ་ཁད་

༤༤མཁས་བདར་མཆོད་བརྒྱད་དང་། །སྟན་པ་གསུམ་གྱི་ཐུ་བ་དེ། །རང་  
 སྟན་ལ་ཉལ་སོགས་སྐར་ཕྱན་དང་། །འདྲ་བའི་སད་ཁམས་ཉི་ཤུ་ལྔ། །གཡུ་  
 འབྲུག་སྟོན་མོའི་སྒྲ་རི་སྟེ། །མིང་ཟེ་༡༠༠མཚོ་ར་སྟེ་བཞི་དང་། །འཕྱོར་བ་  
 རྣམས་ཀྱི་གཙོ་བོ་ནི། །སང་གི་རྒྱལ་༡༠༢ལོ་བྱེད་ཐུར་གཅིག །དེ་ལ་དཔའ་  
 ཐུར་མཛེད་གསུམ་གནས། །མཚོན་ཆ་རར་མའི་སྒྲ་མདུད་ནི། །ཁོ་བའི་མཚོན་  
 དང་འདྲ་བ་ཡི། །ལྷི་ཐུར་ཉི་ཤུ་༡༡༥ཙུ་ལྔ་དང་། །དཔའ་བོ་རྣམས་ཀྱི་རར་  
 རྒྱུད། །ཡར་ལྷིང་གནམ་༡༢༥ལ་བྱ་ལྷིང་གཅིག །ཤ་ཟེན་རི་རྒྱུར་སྒྲ་མདུད་དེ། །  
 སུམ་༡༢༥མཉམ་ལྷུགས་རྒྱུར་སྒྲུབ་དུག་དང་། །ཟངས་ཡག་ཇ་རི་སྒྲུག་པོ་  
 བོ། །ཆེ་ར་གནམ་༡༢༩ལྷུགས་རལ་གྱི་གཅིག །ལྷ་མི་གཉིས་ཀྱི་འཕེལ་ཆེ་  
 སྟེ། །གཡུང་༡༢༩དུང་གསལ་ཆེན་སྟེ་ལྔ་དང་། །མིད་བ་ལྷ་ཡི་གོལ་ཐུག་  
 སྟེ། །ཁྱེ་བ་༡༢༩རི་རབ་ཆེ་གསུམ་དང་། །ཐུགས་ཀྱི་ཐུག་ཡང་འཕེལ་ཆེ་  
 སྟེ། །ད་རོག་མཚོ་ཆེན་སྟེ་དགུ་༡༤༠དང་། །མཐུ་ཆེན་ལེར་མའི་ཡང་སྟེང་  
 སྟེ། །ཐུ་དབལ་འཕོར་ལོ་སྒྲིང་༡༤༤བདུན་དང་། །སྟེ་ཆོན་ཉི་ཤུ་ཙུ་བཞི་པོ། །  
 དང་མའི་མདུད་པར་བསྟན་བ་ཡིན། །

སྟོན་མོ་ཆུ་ཡི་སྒྲ་མདུད་དེ། །སྒྲུམ་གྱི་ཆུ་བྱན་ཉེར་ལྔ་༡༤༥དང་། །ནག་པོ་  
 བྱི་ཡི་སྒྲ་མདུད་དེ། །བྱར་༡༡༥ལ་ཆག་འཛིག་ཉེར་བཞི་དང་། །གཡོ་བྱེད་  
 རྒྱུང་གི་སྒྲ་མདུད་དེ། །ལི་༡༡༥ཡན་འཕྱོར་བྱེད་སྟེ་བརྒྱད་དང་། །རིམ་དགུ་  
 ས་ཡི་མར་ཞབས་ན། །མར་ལྷིང་དུར་༡༢༥ལག་རོ་ཟེན་གཅིག །ཐུང་ན་

དབྲུལ་བའི་སྒྲོང་པོ་སྟེ། །སྒྲོ་བར་ཀླ་མ་གྱི་དོན་གཤམ་པོ་གཅིག་ །མུན་པ་ནག་  
 པོའི་ཡོལ་བ་དེ། །སོ་ཡོན་ཀླ་མ་མུན་པ་དྲངས་མེད་གཅིག་ །ནག་པོ་བདུད་ཀྱི་སྒྲོ་  
 གནས་ཏེ། །ཅུ་སྔོན་སོལ་ཁ་སྒྲུད་ཀླ་མ་དུག་དང་། །སྒྲོ་བར་རྩེ་མུམ་སྒྲོ་གནས་  
 ཏེ། །མ་ཟེ་ཀླ་མ་པཅན་ཁམས་སྒྲོ་བཞི་དང་། །གནམ་ལྷགས་ཐོག་གི་སྒྲོ་  
 མདུད་དེ། །ན་ཀླ་མ་འབར་སེར་བ་རྟ་དེད་གཅིག་ །དེ་ལྟར་སྟེ་ཆོན་དགུ་པོ་  
 བེ། །སྟིགས་མའི་མདུད་པར་བརྟན་པ་ཡིན། །བསྐྱེམས་པས་སྐྱུ་ཕྱ་ཕྱ་  
 གསུམ་པོ། །མདུད་རྫོང་ཕྱ་བའི་སྟོམ་ཆོག་སྟེ། །རེ་རེའི་ནང་གི་རྣམ་གྲངས་  
 བེ། །སྒྲུ་ཞིབ་ཕྱ་བའི་མདུད་པ་ཡི། །གཙོ་བོ་དག་གི་གྲངས་ཀ་ཡིན། །དེ་ལས་  
 རྒྱས་པར་སྒྲོས་པ་ན། །དིང་དིང་ཁོ་རའི་རྣམ་གྲངས་ལ། །མོག་རོ་རྟ་ཡི་སྒྲུ་ཅམ་  
 ཡོད། །དིང་དིང་མི་ཤེས་མོ་བ་མེད། །དིང་དིང་ཤེས་པའི་མོ་བ་མེད། །ཞེས་  
 པ་མོ་མཁན་ཡོངས་ལ་གྲགས། །འོན་ཀྱང་ཕྱ་བ་རགས་བསྐྱུས་ཀྱི། །རྣམ་  
 གྲངས་དག་ལས་སྒྲོས་ནས་སྟ། །བརྒྱུ་ཁ་དང་ནི་བྲག་མདུད་དང་། །མདུད་  
 པའི་འབྲེལ་ལྷགས་ལ་སོགས་པ། །ཤིན་རྒྱ་མང་པོར་དབྱེ་བར་བྱ། །གྲོང་  
 བེ་བྲལ་རྫོང་འདྲ་བ་བཅུ། །སྒྲོ་བྲག་འཕར་བ་འདྲ་ཉེར་ལ། །སོ་བྲག་སྒྲུང་རྟོག་  
 འདྲ་དུག་ཅུ། །སང་ནི་སྒྲུང་བྱ་འདྲ་བརྒྱད་ཅུ། །ཞེས་སོགས་གསུང་བ་རྣམས་  
 ལས་འཕྲོས། །དྲངས་སྟིགས་མདུད་པའི་བྱེ་བྲག་རྣམས། །སོ་སོར་མ་འདྲེས་  
 རོས་བཟུང་བྱ། །སྒྱིར་དྲངས་མའི་སྟེ་ཆོན་ཡིན་ན་ཡང་། །བརྒྱུ་ཁ་དང་ནི་  
 མདུད་པ་ཡིས། །བསྐྱུར་ཆོང་ན་པའི་མོ་ཡོད་ལ། །སྟིགས་མའི་མདུད་པ་

དག་ལའང་། །བརྒྱུག་གིས་བསྐྱར་ཏེ་བཟང་པོར་འོང་། །གཞན་ཡང་བབ་  
པའི་གནས་དང་ནི། །གང་ལ་བརྟག་བྱའི་དོན་ཁྱད་གིས། །མོ་མདུད་རན་  
ཀྱང་བཟང་བ་དང་། །བཟང་ཀྱང་རན་པར་འགྱུར་བ་སོགས། །ལུང་ལས་བཤད་  
པ་ཇི་བཞིན་དུ། །མ་འདྲེས་ཐུ་ཞིབ་ཐྱེད་པར་རྟོགས། །སྤྱིར་མོ་མདུད་རྣམ་གངས་  
མང་པོ་ལས། །ཁྱེ་བ་ད་རོག་གཡུང་དུང་སོགས། །ལྷ་ཁམས་མདུད་པ་བབ་  
པར་དགའ། །འདྲེ་ཁམས་བྲག་མདུད་རིགས་རྣམས་ཀྱང་། །མོ་མ་འདྲེ་ཡི་  
རིགས་ཅན་དང་། །དམག་ཆེན་འབྲུགས་པ་སོགས་མིན་པར། །དུས་རྒྱུན་  
མང་དུ་མི་འབབ་ཅིང་། །དིང་དིང་ལ་སོགས་མི་ཁམས་ཀྱི། །མདུད་པ་གས་  
ཆེར་བབ་པ་ཡིན། །མདུད་རིགས་བསམ་མི་བྱལ་ན་ཡང་། །རང་སྤོར་གང་  
ཚུད་ཅམ་ཞིག་གི། །མདུད་པ་ལས་ཀྱང་སྤང་དོར་རྟོན། །དེ་ཕྱིར་བསྐྱལ་བ་  
བཟང་རན་དང་། །མོ་མའི་སྤོ་ཡི་རིམ་པ་དང་། །གནས་སྐབས་དུས་ཀྱི་རྗེས་  
འགོ་བར། །ཁུ་སྤོད་སྒྲ་བཞིན་སྤང་དོར་གནད། །སྤོན་ཅེས་གྲགས་ཤིང་དོན་  
ལའང་གྲུབ། །མོ་རྟ་གཅིག་ཤུར་སོང་བ་ལ། །བག་ཅེས་བྱ་བར་གྲགས་པ་ཡིན། །  
མོ་རྟ་ཁོག་ལ་འཇུས་པ་ལ། །སོ་ཞེས་བྱ་བར་ཡོངས་སུ་གྲགས། །མོ་རྟ་ཐིག་གུ་  
གཉིས་གཤིབ་བཟུང་། །སྤོ་ཞེས་བྱ་བར་གྲགས་པ་ཡིན། །དེ་སྤྱི་འབྲེལ་བྱུང་  
ན་གྱིང་ཞེས་ཟེར། །ཐིག་གུ་གཅིག་ནི་ཕྱིར་དོན་པར། །སང་ཞེས་བྱ་བར་ཡོངས་  
སུ་བརྗོད། །ཐིག་གུ་གཅིག་གམ་གཉིས་སོགས་ཀྱང་། །གཞུང་ལ་འབྲེལ་  
ན་འདོགས་ཁམས་ཟེར། །ཐིག་གཉིས་སྤྱ་སྤྱེལ་ལྟུང་བ་ན། །སང་ཅེས་བྱ་

བར་ཡོངས་སུ་གྲགས། ཐིག་གཉིས་གཞུང་འབྲེལ་ལྷུང་བ་ལ། རྒྱུ་ཞེས་  
བྱ་བར་ཡོངས་སུ་གྲགས། །དེ་གཞུང་ལ་བཏགས་ན་སྒྲེར་དུ་འགོ། རྒྱུ་  
གཉིས་ལྷུང་ན་སྒྱུ་མཉམ་ཟེར། །སོའམ་ཁོག་ལ་འཇུས་པ་ཡི། ཐིག་གྲུ་གསུམ་  
ཡན་ལྷ་མན་ཆད། །ཡན་ཚུན་གཅིག་ལ་གཅིག་འབྲེལ་བ། །དེ་ལ་བརྩམ་ཐིག་  
ཅེས་སུ་བརྗོད། །གསུམ་ཡན་ལྷ་མན་རེ་རེར་འཐོར། །དེ་ལ་འཐོར་བའི་  
རིགས་ཞེས་འདོགས། །མོ་རྟ་ཅན་གྱི་མོ་ཁོག་ལ། །མ་ཞེས་བྱ་བར་མིང་དུ་  
བཏགས། །དེ་ལས་ལྷུང་བའི་ཐིག་གྲུ་ལ། །བྱ་དང་ཐུ་གྲུ་ཞེས་གྲུ་ཟེར། །  
རྒྱ་ཞིབ་རྩ་བའི་མདུད་བ་ལས། །ཡན་ཚུན་འཐབ་ལུགས་དུ་མ་ཡིས། །རྒྱན་  
དུ་བབ་དཀའ་བ་ལ་ཆེར་ལ། །བྲག་ཅེས་བྱ་སྟེ་མདུད་རན་ཡིན། །རྣམ་པ་མང་  
ཡང་གཙོ་བོ་ནི། །སྟོ་བྲག་སོ་བྲག་གཉིས་སུ་འདུ། །སང་གྲུ་དེ་བཞིན་གཉིས་  
སུ་གནས། ཐིག་གྲུ་གཅིག་ཕྱར་མདུད་རིགས་ལ། །བརྒྱག་ཡོད་དབྱིས་སམ་  
རྒྱིས་གྲུ་ཟེར། །ཁཅིག་ཏུ་ནི་ཐིག་གྲུ་ཟེར། །བབ་དཀའ་བབ་ན་བཟང་མོད་  
གྱི། །བྱ་བ་བར་དཀའ་བས་རན་བར་བཤད། །སྟོ་བརྒྱག་ལ་སོགས་བརྒྱག་  
རན་རིགས། །ལལ་ལའང་དབྱིག་གམ་དབྱིས་གྲུ་ཟེར། །མ་ལ་བརྒྱག་ཡོད་  
མ་བརྒྱག་དང་། །བྱ་ལ་བརྒྱག་ཡོད་བྱ་བརྒྱག་ཡིན། །སྟོ་ལ་བརྒྱག་ཡོད་སྟོ་  
བརྒྱག་སྟེ། །མོ་རྟ་འི་རྩ་བར་བརྒྱག་སོང་ན། །སྟོ་བརྒྱག་ཅེས་གྲགས་དེ་ལ་  
སོགས། །མོ་ཡི་ཐ་སྟོད་རྣམ་མང་པོ། །མདུད་རྫོང་དག་ལས་བལྟས་བསམ་གསལ། །  
སང་དང་འདོགས་རིགས་གང་ཡིན་གྲུ་། །བྱ་ལ་ལག་གཡས་འཇུས་པ་བཟང་།

དེ་མྱེད་མྱེད་སྒྲུལ་སང་ཡིན་ན། མྱེད་དཀར་སྒྲུལ་དཀར་སང་དཀར་ཟེར། །  
 སྤྱད་སྤྱར་ཡིན་ན་སྤོན་པོ་དང། ཁྱི་སྤྱར་ཡིན་ན་སྤོན་ཟེར། །དཔལ་སྤར་གཉིས་  
 གྱིད་པལ་པོ་ཡིན། མང་སོགས་གྱིན་སྤྱག་གུའི་ནད། མོ་ཁོག་བཅུག་པ་དེ་  
 ལ་ནི། ཁོན་པ་ཞེས་གྲགས་སྤར་མ་ཡིན། །ལམ་ངོ་དག་ལ་མཁྱོགས་ངོ་  
 ཟེར། །རང་བཞིན་ས་ལ་ལྟང་བ་ལ། མཛང་བ་ཞེས་གྲགས་ནལ་མའོ། །  
 དེ་བཞིན་དམུ་དག་ལྟ་སྤྱུ་ལའང། བྲིག་གུ་དང་པོ་ལ་སོགས་པར། ཁོང་  
 མ་ཁོང་མར་བཏགས་པ་བཟང། དིང་དིང་ལ་སོགས་པལ་ཆེན་ལ། མོ་  
 ཏའི་ཅེ་མོ་སྟེང་འོག་ཏུ། དཀྱུ་བའི་ཚྭ་ལ་ལས་གཡས་འཁོར་དང། གཡོན་  
 འཁོར་དག་ཏུ་གྲགས་པ་སོགས། བབས་ལུགས་ཤིན་ཏུ་མང་པོ་སྟེ། ཞིབ་  
 བར་མཐོང་བརྒྱད་དག་ལས་ཤེས། ~~མཛུགས་པའི་ལྟ་སྤྱུ་ལའང།~~ འདི་དིང་དིང་གཡོན་  
 འཁོར་ཡིན། ~~འདི་གཡས་འཁོར་ཡིན།~~ འདི་འབྲེལ་བའི་རྒྱལ་པོ་  
 དིང་དིང་ཡིན། སྤིད་པ་གང་གི་རིང་ལ་བབས། རྩོན་བསྐྱལ་པ་ཆགས་པའི་  
 དུས་གྱི་ཆོ། ཡེ་སྟོན་རྒྱལ་པོའི་རིང་ལ་བབས། ལ་དེ་སྤྱང་བའོད་ལུན་ཡིན། །  
 མ་དེ་སྟན་པ་ཟེར་ལུན་ཡིན། མེས་པོ་ལྟ་ལུང་དཀར་པོ་ཡིན། བྱི་མོ་ཆུ་  
 ལུང་རྒྱལ་པོ་ཡིན། སྤྱུ་པོ་དིང་དིང་གཙང་མ་ཡིན། ཡང་ནི་ལུང་རྒྱལ་བཙོ་  
 བརྒྱད་ཡོད། སྤིད་པ་ཆེ་དུག་སྤྱུ་གནས་ཡིན། སྤྱུ་ཅུ་ཅུ་དུག་ཡང་སྟེང་ཡིན། །  
 ཡི་གེ་ཨ་ཡི་ངོ་པོ་ཡིན། རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་ཁང་བཟང་ཡིན། མོ་ཁོག་ཀྱུན་  
 གྱི་རྒྱལ་པོ་སྟེ། ལྟ་མི་གཉིས་གྱི་ས་པོན་ཡིན། སྤིད་པ་ཆགས་པའི་གཞི་

མ་ཡིན། །ཐིག་དྲུག་འབྲེལ་བ་ཕྱི་སྟོང་དེ། །བརྒྱག་ཁ་དྲུག་དེ་ནང་བཅུད་  
 ཡིན། །འཐོར་བ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱད་བྱིས་ཡིན། །རལ་བ་རྣམས་ཀྱི་དྲུབ་སྤྱད་ཡིན། །  
 བཅོན་པོ་རྣམས་ཀྱི་གཉའ་ཅོན་ཡིན། །ཁས་དམན་རྣམས་ཀྱི་ཁ་འཛིན་ཡིན། །  
 བྲག་ཁམས་བསྐྱོར་བའི་ར་བ་ཡིན། །སྒྱ་ཞིབ་སྤྱད་པའི་ཁང་བཟང་ཡིན། །  
 གཡུང་དྲུང་སྤྲུགས་པའི་སྟོང་མཆོག་ཡིན། །སང་རིགས་སྤྱད་པའི་དཔལ་པོ་  
 ཡིན། །དྲོང་གཤིན་རྩེ་ལམ་སྒྲོག་བྱེད་མི་ཡིན། །ཁུང་འཇུལ་སྒོག་ཅུ་གཙོད་  
 མི་ཡིན། །ཁུར་ཐོག་ཁུར་ཁ་བསྒྲོག་མི་ཡིན། །སང་ཁམས་ལྟ་དང་སྤྱད་མཁན་  
 ཡིན། །བྲ་བརྒྱག་མ་དང་སྤྱད་མི་ཡིན། །མ་བརྒྱག་ཟ་ཁ་ཆོལ་མི་ཡིན། །སྒོ་  
 བརྒྱག་དམ་ལ་བཏགས་མི་ཡིན། །དབྱིག་ནད་པ་གསོ་བའི་སྒྲན་པ་ཡིན། །  
 ཁབ་འཇུག་གནད་ལ་པོར་མི་ཡིན། །སོ་ཡོན་རྒུལ་ཁ་ཚོད་མི་ཡིན། །སྒོ་བར་  
 བྱོད་ཁ་བསྒྲོག་མི་ཡིན། །སྒྱུ་མ་གྱི་མཆི་མ་སྒྲེམ་མི་ཡིན། །སེ་སྟོང་ཁག་མཆོ་  
 སྒྲེམ་མི་ཡིན། །བཟང་པོ་རྣམས་ཀྱི་འཐེན་ཐག་ཡིན། །ངན་བ་རྣམས་ཀྱི་གཉེན་  
 པོ་ཡིན། །ལྟ་འདྲེ་མི་གསུམ་སྤྱ་གནས་ཡིན། །འབྱུང་བ་ལྡ་ཡི་སྤྱ་གནས་  
 ཡིན། །སེར་ནག་ཁག་སུམ་སྒྲེ་བའི་ཕོ་བྲང་ཡིན། །ཀྱན་དང་མཐུན་པའི་སྤྱི་  
 ས་ཡིན། །གར་ཡང་མཛེས་པའི་རྒྱན་ཆ་ཡིན། །ཀྱན་ལ་དགོས་པའི་ཡི་དམ་  
 ལྟ། །སྟོང་སྤྱད་བར་གསུམ་གང་བབ་ཀྱང་། །ཕྱི་ཐུབ་ནད་ཐུབ་དིང་དིང་  
 ཡིན། །ཡོད་ཀྱི་ལྟ་གནས་དཀར་པོ་སྟེ། །དིང་དིང་གསལ་བའི་མེ་ལོང་ཡིན། །  
 ཕྱི་ཁོག་པ་མོ་ཡི་སྟོང་དེ་ཡིན། །བར་འབྲེལ་ཐག་ཅུ་ཡི་སྟོང་པོ་ཡིན། །ནང་

ཡང་དག་ལྟ་བའི་རྒྱ་མཚོ་ཡིན། མོ་ཁོག་གཅིག་ལ་འདི་མེད་ན། མོ་དམུ་  
གའ་ཡོད་པ་སྲིད་པ་ཡིན། ཏ་ཅང་མང་ན་ལུང་བྱེད་དོ། ཉེ་མིན་མི་བཟང་  
གང་ཡང་མེད། ཉིང་དྲིང་ལྟ་གཡག་དཀར་པོ་བྱེད། ལྟ་གཡག་ཨི་ཡིན་མི་  
ཡིན་དེ། མགོ་ལ་རུ་ཐུར་ཨི་ཆང་ལྟོས། ལེན་དུ་སྡེ་ཐུར་གྱིང་ཅེ་ན། མགོ་  
ལ་རུ་ཐུར་ཆང་བ་ཡིན། འདི་མི་རིགས་ནང་གི་པ་ཆེན་ཡིན། ཏ་རིགས་  
ནང་གི་མདོ་བ་ཡིན། ཤིང་རིགས་ནང་གི་ཅེ་རྒྱལ་ཡིན། རྩ་རིགས་ནང་  
གི་རྟག་གཟིགས་ཡིན། འདི་གཅིག་གི་སྡེང་དུ་བབས་པ་ན། སྲིད་པ་ཡོད་  
ཀྱི་གཞི་མ་ཡིན། ཞུར་མོ་ནི་ཀའི་རྩོལ་བ་ཡིན། ལྟ་དུག་པགས་པའི་ཐུང་  
དུ་ཆང་། པ་ཆེན་གྱི་གཞི་མོ་ཡག་པ་ཡིན། བསྐྱལ་བསྐྱོད་མེད་ན་ལྟ་ག་པར་  
བརྟན། ། །

གཉིས་ཀྱི་སྡེང་དུ་བབས་པ་ན། ཉེ་མི་ངལ་ཏ་ཆང་རང་ཁྱིམ་ཚུད། རྒྱ་  
བོད་མངལ་འདུམ་བྱས་པ་ཡིན། ལ་སྒོ་ལྷགས་ཀྱི་སྐྱུད་པས་དུབ། ལྟ་ག་  
པར་གར་ན་དག་མེད་ཡིན། ཉུར་སྒོ་མི་འབྱེད་རྩི་ལུ་ཡིན། ། །

གསུམ་ཀྱི་སྡེང་དུ་བབས་པ་ན། ཤར་གཡུ་རིར་དར་དཀར་བརྒྱུད་པ་ཡིན། །  
ཚུང་གསུམ་གནས་མལ་བདེ་བ་དང་། ཆེ་གསུམ་འདུན་མ་ལེགས་པ་ཡིན། །  
ཆོ་གསུམ་འཚོ་བའི་རྩི་ལུ་ཡིན། གཏམ་སྟན་དང་ཚུང་གསུམ་འཕེལ་བའི་མོ། །  
བཞི་ཡི་སྡེང་དུ་བབས་པ་ན། མ་དྲོས་གཡང་གི་རྒྱ་མཚོ་ལ། མར་ཁུའི་ཁ་  
ཞག་རིམ་དགུ་ཆགས། གྲུ་དང་མཚོ་མོ་ལྟན་དུ་རྒྱས། ལྷགས་གཡང་བས་



མོར་འཕེལ་བ་ཡིན།། །

ལྷ་ཡི་སྟེང་དུ་བབས་པ་ན། བོད་འཇང་གཉིས་ཀྱི་ལམ་སོ་བདེ། དག་སྟེང་  
མེ་ལོང་མཐིལ་བས་འཇམ། ཉི་མ་ལྟོ་ནས་དག་མེད་ཡིན།། །

དུག་གི་སྟེང་དུ་བབས་པ་ན། མོ་བཙུན་མཇངས་མ་གཞི་དང་འབྲད། ཁྱིམ་  
ལ་འཐོར་ཞིག་མེད་པས་བཟང་།། །

བདུན་གྱི་སྟེང་དུ་བབས་པ་ན། ལ་སྒྲུབ་འོག་ཏུ་མཐའ་ནས་རྒྱས། སྒྲིམ་སྒོ་  
དུ་དག་ལྟ་ཡིས་འཐེན། ལྟ་ཡར་གནས་མ་རལ་མི་འོང་ཞིང་། མར་འདྲེ་  
ཡར་ལ་མི་འོང་བར། བཟང་ཆོང་མི་འཐོར་རྗེའུ་ཡིན། མིད་པ་གསུམ་པོ་  
ཡོ་ལོག་ཀྱང་། སྒྲིམ་བུའི་སྒོ་དེ་འགྱུར་ལྟོག་མེད།། །

བརྒྱད་གྱི་སྟེང་དུ་བབས་པ་ན། ལྟ་ཞལ་དུང་གི་ལྷ་བ་ཆེས། ཁྱེས་འཁོར་  
དག་མེད་དོན་གྲུབ་ཡིན། མི་རུབ་སྒྱིད་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་ཚུགས། གཏན་ཚུས་  
མི་སྒྲིག་བརྟན་བ་ཡིན། དིང་དིང་ཐམས་ཅད་སྟོན་པོ་ཡིན། བརྒྱད་གྱི་སྟེང་  
དུ་དཀར་པོ་ཡིན། ཁྱེས་སྒོར་གཅིག་གི་རྗེའུ་ཡིན།། །

དགུ་ཡི་སྟེང་དུ་བབས་པ་ན། དག་ཟུན་གཉིས་ལ་འདུན་མ་ཡག་ ལ་ཆེན་  
བོན་བོའི་མོ་དང་གཅིག་ ཁྱིམ་ས་དང་འདུན་མའི་མོ་ལ་བཟང་། ཁོར་གོད་  
མི་འོང་རྗེའུ་ཡིན།། །

བརྒྱུ་ཡི་སྟེང་དུ་བབས་པ་ན། ཉི་མ་སྒྲིན་གྱིས་མ་བསྒྲིབས་གིང་། ལྷ་བ་  
གཟུང་ཡིས་མ་བཟུང་བར། སྐར་ཕྱོད་རྒྱུད་གིས་མ་གཏོར་བས། རྒྱལ་

པོའི་གདན་ས་མི་སྟོང་ངོ་། །ཆེ་རྒྱུད་མོ་ལ་བཟང་བ་ཡིན། །ཡང་དག་བརྒྱག་  
གཅིག་སྟོང་བ་ན། །བཅོན་པོའི་མཁའ་ལ་བ་གམ་ཐོགས། །དབུལ་པོའི་ར་  
བཞོར་གྱིས་གང་། །

བརྩ་གཅིག་སྟེང་དུ་བབས་བ་ན། །དག་སྒྲའི་དཔའ་མཚོན་ངར་མ་ལ། །མཐུ་  
ཆེན་ཐེར་མའི་ངར་རྒྱ་སྒྲུད། །དག་སྒྲ་གོང་སྟོན་གཤོག་རིང་རེད། །དག་དུག་  
ཆམ་ལ་ཕབ་སྟེ་བཟང་། །ཁོ་ལྟའི་གནས་མལ་བདེ་བ་ཡིན། །

བརྩ་གཉིས་སྟེང་དུ་བབས་བ་ན། །ཡེ་ཇེ་སྟོན་པའི་བྱག་རྒྱ་ཡིས། །ཡེ་དམ་  
གཉིས་ཀྱི་ཟམ་སོ་བཅད། །བྱང་གི་མི་རྒན་ལྷ་ཡུ་འཁོར། །ཉི་མ་བྱང་ན་  
དག་མེད་རེད། །བརྒྱག་གཅིག་སྟོང་ན་དག་ངོ་ཡིན། །

བརྩ་གསུམ་སྟེང་དུ་བབས་བ་ན། །གཡུ་འོད་ནམ་མཁའི་གྱུར་ཁང་ན། །སྤིང་  
བ་ཆེ་དུག་འདུན་མ་ལེགས། །རིགས་དུག་ཁ་ལོ་གུན་དུ་སྒྱུར། །དག་གྱོད་  
དུག་སྟོག་བསམ་ལོན་བ་ཡིན། །ཡང་དག་བརྒྱག་གཅིག་བཅས་བ་ན། །བཅོན་  
པོ་གསུམ་གྱི་མཁའ་གསུམ་ལ། །ཤེལ་གྱི་བ་གམ་ཐོགས་བ་ཡིན། །ཁོ་གསུམ་  
བར་དུ་བསྟན་བ་རྒྱས། །བརྒྱ་ཆོན་རོལ་བྲིད་ཀྱི་རྩེ་ལྟ་ཡིན། །དེ་རྩེར་དེང་དེང་  
གཅོང་མ་འདི། །སྟོང་དུ་བབས་ན་དགྲུང་སྟོན་ཡིན། །ལན་དུ་གསེར་ཐིག་  
རང་ཉི་ན། །དགྲུང་ལ་ཉི་ལྷ་གཟུང་སྒྲར་ཆོས། །བར་དུ་བབས་ན་འཇའ་  
ཆོན་ཡིན། །ལན་དུ་བག་ཆོ་བྲུ་རྒྱ་ན། །འཇའ་ཆོན་ཆག་དར་བ་ཡིན། །  
སྒྲུང་དུ་བབ་ན་ས་གཞི་ཡིན། །ལན་དུ་གལ་བར་ཐོད་དཀར་ན། །སྟོང་མར་

མེདོག་འབྲུངས་པ་ཡིན། གིང་དིང་ཡུལ་ལྷ་གཉན་པོ་ལ། ལམ་དུ་ཡུལ་འདྲེ་  
 འབྲུམ་པོ་འཛིག། བྲོང་གི་ཡུང་ཁད་བབ་ན་ཡིན། བྲང་པོ་ཆེ་ཡི་དགྱིལ་སྟོང་  
 དེར། ཤེས་པ་ཅན་གྱི་མི་ཞིག་གི། རིན་ཐང་ཅན་གྱི་རྟ་དེ་བཏང་། ལུང་པ་  
 འབྲུག་གིས་གང་བ་ཡིན། འདི་སྒྲུང་དུ་རྟ་ཅང་བརྟུང་བ་ན། སྤྱི་གཞི་སྒྲུལ་  
 གྱི་རེ་འབྲུམས་ཡིན། ལམ་དུ་རྩ་སྤར་ལྷི་བྱར་ན། རེ་འབྲུམས་སྒྲུལ་ཡི་མི་རོ་  
 ཡིན། ལམ་དུ་རྟ་ཅང་བརྟུང་བ་ན། ལམ་སྤྱང་རྒྱུད་གི་རེ་འབྲུམས་ཡིན། ལམ་  
 དུ་མེ་རིགས་གང་བྱུང་ན། རྒྱུད་དམར་སྒྲུལ་ཡི་མེ་དབྱུང་ཡིན། རྟོད་དུ་རྟ་ཅང་  
 བརྟུང་བ་ན། བམ་མཁའ་ལྷུང་གི་རེ་འབྲུམས་ཡིན། ལམ་དུ་སྤྱོད་ལོན་ནག་  
 མོ་ན། ལྷུང་ཆེན་འཕྲུབ་མས་བརྟུམ་བ་ཡིན། གཉིས་ནས་ལྷ་བར་དིང་དིང་  
 བརྟུང་། དེ་ཡི་བརྟུང་ལ་སྒྲུམ་རིགས་ན། ཤར་དུང་མཆོའི་ནང་ནས་དུང་  
 སྒྲུལ་བྱུང་། ཤར་ནས་བྱུང་དེ་སྟོ་དུ་སྟོང་། ལྷ་ནས་དགུའི་བར་དིང་དིང་  
 བརྟུང་། བརྟུ་གཉིས་བརྟུ་གསུམ་རྗེ་ཕུ་སྟོར། སྟོ་ལྷགས་མཆོའི་ནང་ནས་  
 ལྷགས་སྒྲུལ་བྱུང་། སྟོ་ནས་བྱུང་དེ་རུབ་དུ་སྟོང་། དགུ་ནས་བརྟུ་གཉིས་  
 བར་དིང་དིང་། བརྟུད་ནས་བརྟུ་གསུམ་རྗེ་ཕུ་སྟོར། རུབ་ཟངས་མཆོའི་ནང་  
 ནས་ཟངས་སྒྲུལ་བྱུང་། རུབ་ནས་བྱུང་དེ་བྱུང་དུ་སྟོང་། སྤྱི་བདག་ལྷུང་པ་  
 ཆེན་པོ་དང་། སྤྱི་ལྷ་མོ་བརྟན་མ་གཉིས། སྤོང་གི་དཀར་མོ་ཁལ་བཀལ་  
 ནས། བ་ལང་སྒྲུག་པོ་ཆེབས་སྒྲུ་ཆིབ། གསེར་གུ་རུ་རིང་རོལ་དུ་བྲིད། །  
 སྤྱི་བདག་རྒྱལ་པོ་ཡུལ་བྱུང་ཡིན། སྤོང་མ་བྲི་བོད་འདས་པ་ཡིན། འཁོར་

ཆེན་ལ་ནི་གཅིག་ཆོ་སོགས། །འགྲིགས་སུ་བབས་ན་འཁུབ་པར་བཤད། །  
ལར་འགྲིགས་སུ་བརྟུང་དེ་བབ་བ་ནམས། །མི་མང་ཆོགས་དང་སྟོན་ཆེན་  
བཤམས། །རབ་མདའ་རྒྱག་འུར་ད་ཀྱི་ལ་འཁོར་བཤམས། །བཀོད་བ་འདྲ་  
འདྲ་བསྒྲིག་ངོ་ཡིན། །སྤྱིང་མིག་སྟོག་གསུམ་མམ་བ་ཁོག་གསུམ། །ཡང་ན་  
བྱི་བཞིར་དིང་དིང་བརྟུང། །དགུ་དང་བརྟུག་ཉིས་ལ་ཐལ་ན། །ཐེར་མས་  
བྱི་ཤོད་འདས་པའི་མོ། །དོམ་རྒྱག་ལ་མ་དོད་པའི་མོ། །ཡུན་རིང་ནད་བ་འགོ་  
བའི་མོ། །ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་རན་པ་ཡིན། །བྱིས་བརྟུང་ནས་རང་སར་འོང། །  
དག་ཕྱིད་ཟུང་ལ་གྲུབ་པ་ཡིན། །གཅིག་གི་དིང་དིང་གཉིས་བྱར་ལ། །ཤར་  
ཕྱོགས་ལྷ་ཡི་བཀའ་སློ་བྱེས། །རྟོ་ལོར་ལུག་གསུམ་འཕེལ་སྐབ་ཆད། །ཁྲུ་  
ལ་བུམ་གཏེར་གཞུག་པར་བྱ། །བཞི་ཡི་དིང་དིང་ལྷའི་བྱར་ལ། །ལྷོ་ཕྱོགས་  
ཁྲུ་ཡི་བང་མཛོད་བྱེས། །འབྲུ་མེད་སྤྱིད་ཀྱང་ཆད་པ་ཡིན། །སྤྱི་མནན་ཁྲུ་མཛོད་  
འདྲེ་བཀར་བྱ། །བརྟུང་ལ་དིང་དིང་དགུ་བྱར་ལ། །འུབ་ཕྱོགས་གཉིན་བྱི་བང་  
སློ་བྱེས། །མི་ལོར་ན་ཆ་རྒྱན་ཆད་མེད། །གསུང་རབ་བྱི་བཞིངས་གཏོ་བསྐྱར་  
བྱ། །བརྟུག་ཅིག་དིང་དིང་བརྟུག་ཉིས་ལ། །བྱར་ལ་བབ་ན་བྱང་ཕྱོགས་ཀྱི། །  
མི་ཡི་རྩ་སློ་བྱེས་ཡིན། །ཤོད་དང་མི་ཁ་དག་སྒྲ་འོང། །དག་བྱུང་བྱ་ཞིང་  
ཤུག་མཁོན་བརན། །གཉིས་ལྷ་དགུ་ལ་དིང་དིང་བབ། །དེ་ཡི་བརྟུ་ལ་བྱ་  
རལ་ན། །མི་རབས་རྒྱུད་ལ་གོགས་སྤྱི་ཞུགས། །མི་རབས་དགུ་རིང་མར་  
ལ་གྱ། །ལྷ་ལ་ནལ་གྱིས་མཛོལ་བས་སྤྱིག་གཏོ་ལ་ཡུ་མོ་དགུ་སེལ་བྱ། །ལ་

ཅེ་བརྟེན་ལ་གསལ་མཁར་བཅིགས། །གཉིས་ལྷ་དགྲ་ཡི་དིང་དིང་ལན། །  
 བརྩ་གསུམ་བྱ་རལ་བབ་བ་ན། །མི་རབས་བརྩ་གསུམ་མར་ལ་གྲ། །མི་  
 རོར་གཉིས་ཀ་བརྒྱུ་རོ་ཡིན། །མཛོ་གི་གཡང་ཉམས་སྤི་བ་ཞུགས། །གཏོ་  
 ལ་ན་སེལ་གི་སེལ་བྱ། །གཡང་སྒྲུབས་བྱ་ཁིང་ཅ་ཏི་བཅིགས། །ལྷ་དགྲ་བརྩ་  
 ལ་དིང་དིང་བབ། །བརྩ་གཅིག་བྱ་རལ་བབ་བ་ན། །མི་རབས་དགྲ་ལ་གཉིས་  
 སྤི་ཞུགས། །ལྷ་ལ་ན་ལ་གྱིས་ཐོག་བས་ལན། །མི་རབས་དགྲ་ལ་མར་ལ་  
 གྲ། །དེ་ནས་རབས་ཀྱང་ཆད་པར་འབྱུང། །དིང་དིང་ལྷ་བརྟེན་དུག་བྱ་རལ། །  
 མོ་བརྟེན་མུ་གེས་འཆི་བའི་ངོ། །དིང་དིང་བརྟེན་བརྟེན་བརྟེན་བྱ་རལ། །བན་  
 བརྟེན་དཔེ་གིས་འཆི་བ་ཡིན། །ཁྱི་སྒྲུ་སྤང་ནས་བྱི་བ་ཡིན། །མི་རོར་བརྒྱུ་  
 ཅིང་ཁྱི་ལ་ཐུག། །བག་སྒྲུ་གྱོས་ལ་ཐོག་བ་ཡིན། །གཏོ་ལ་སེལ་བྱ་བྱ་ལྷང་  
 བཀྲག། །གཅིག་ནས་བརྩའི་བར་དིང་དིང་ལ། །བརྩ་གཅིག་བྱ་རལ་བབས་  
 བ་ན། །མི་རབས་བརྩའི་རིང་མར་ལ་གྲ། །མ་མཐོན་གསོལ་ཁིང་གཡག་རུ་  
 གྲུབ། །དམུས་ཡོང་ཐང་ལ་འབྱམས་བ་ཡིན། །དྲ་སྒོན་ལུ་འཕྲོད་དུས་བརྒྱུ། །  
 སྒོ་ཁྱི་རུ་འཕྲོད་བྱེད་དུས་བརྒྱུ། །གསུམ་ལ་དིང་དིང་བཞི་བྱ་རལ། །ཁྱུང་  
 སྒྱུད་ཆང་གི་སྤིང་སྒྲུབ་ཆད། །བརྟེན་གྱི་དིང་དིང་བརྟེན་སྒྱིན་དིང། །འབྲིང་  
 སྒྱུད་ཆང་ལ་རྩུབ་བའི་མོ། །ལུ་རུང་ནང་ནས་གྲུ་མོ་ཆག། །མ་བསམ་གྱོད་  
 འོང་ཐན་ལྷས་ངོ། །ལྷག་པར་རྟ་ལོ་བ་ལ་ངན། །བརྩ་ཡི་དིང་དིང་བརྩ་གཅིག་  
 སྒྱིན་དིང་ན། །ཆེ་སྒྱུད་ཆང་ལ་རྩུབ་བའི་མོ། །སྤིང་མིག་སྤོག་གསུམ་དིང་

དིང་གསུམ། །དེ་ཡི་བརྩ་གསུམ་སྒྲིན་དིང་ན། །རྩེ་དཔོན་བྲན་གྱིས་བསང་  
 བ་ཡིན། །ནས་ས་ལྷམ་གྱིས་ཐོག་བ་ཡིན། །སང་ཐོད་ང་ཡིས་ཅི་བྲ་བྲེ། །  
 ལག་བས་བྲང་བརྩང་ཆོ་ངེ་འདོན། །ཐན་དང་ལྷས་ངན་འོང་རྩས་ངན། །རྟ་  
 རྩོན་ལུང་ཉོས་རྩས་བརྒྱལ། །མི་ཡི་འོག་རྩ་མགོ་ཤོར་ཡིན། །རྟ་ཡི་འོག་ནས་  
 རྩ་འཐུང་ཡིན། །མགོ་གཡོག་ཞབས་ཀྱི་སོ་ནམ་ཡིན། །དམག་དཔོན་ཆེན་  
 པོའི་ཞབས་ནས་བརྒྱལ། །ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན་བ་ལ། །དམག་ཆེན་བྲ་མ་  
 ཆ་ཉོན་བཟང་། །གནམ་ས་གཉིས་ཀྱི་བྱིན་ལེན་འཕྲོད། །ཤར་ཕྱོགས་སྒྲང་  
 རི་དེ་ལ་དཀར་ལ། །ཁྲི་ལམ་སྟོང་ཤུལ་བྱེད་ངོ་ཡིན། །ལུང་གསུམ་ནོར་ལ་  
 ཁ་བཤོས་བྱེད། །ཡ་མ་ནད་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །མཛོ་མོ་ཡུ་ལུ་བརྩ་གསུམ་  
 ལ། །སྒྲ་སྟན་བརྩ་གསུམ་བརྟན་ནས་སྟ། །མི་ཁའི་རྩས་ཁལ་བརྩ་གསུམ་  
 བཀལ། །གཉན་ཤིང་གཅིག་ལ་ཡུ་ལུའི་མགོ་བརྩ་གསུམ་བཀལ་ལ་མནན་  
 བ་བྱ། །ལར་ལ་དག་སྒྲ་དག་སེལ་བྱ། །ལབ་ཅེ་གཅིག་ལ་བྱ་ལྔ་བཀལ། །སྒྲིན་  
 དིང་ལན་དུ་དིང་དིང་ན། །བྲན་མགོ་རྩེ་ཡིས་མནན་བ་ཡིན། །གནམ་ས་ཁད་  
 དུ་ཆགས་བ་ཡིན། །ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ལེགས་བ་ཡིན། །གསུམ་གྱི་དིང་དིང་  
 བཞིན་འབན། །ཡོད་ཀྱི་ལྷ་གཞི་དཀར་པོ་ལ། །དམ་གྱི་ཐོག་སེར་ལྷུང་བ་  
 ཡིན། །རྩུང་རྩུང་ཆང་ལ་ཐོག་གི་ངོ། །སྒར་མེད་བྱིན་ས་ལྷུང་དོགས་ཡོད། །  
 ལྷོག་གཉན་སྟོ་ཐུར་འོང་ངོ་ཡོད། །གཉན་གྱི་མགྲོགས་ཆེན་བཀལ་བར་བྱ། །  
 ཡེ་ངམ་སེལ་བྱ་དག་ཆོས་བྱ། །ཡན་བཏང་རྣམ་རྒྱལ་འབར་མ་འདོན། །བདུན་

གྱི་དིང་དིང་བརྒྱད་ན་འབན། །དེ་བཞིན་འབྲིང་རྒྱུད་ཐོག་གི་དོ། །རྟ་ཅི་རག་  
 པ་ཡོད་དུས་དང་། །འུ་ཚ་ཁ་ཤོ་སྒྲེ་དུས་ལ། །ཁྱོད་དང་གྲོ་ཐུང་ན་ཚ་འོང་། །  
 དར་མ་ཐོག་གིས་བསད་ཀྱང་མིད། །གཏོ་ལ་གནམ་གྱི་དར་མ་གྲོགས་བྱ། །  
 སེལ་བྱ་གནམ་སྒོ་བཅད་པར་བྱ། །ཁམས་ཆེན་དང་ནི་འབྲུམ་བཏོན་ལ། །  
 གཏོར་བརྒྱུག་ཆོས་འདོན་བྱ་བར་དགོས། །གཅིག་བརྒྱད་བརྒྱ་གཅིག་ལ་  
 དིང་དིང་། །དེ་ཡི་བརྒྱ་གསུམ་ན་འབན་ན། །ལྟ་གཞིར་ངམ་གྱི་ཐོག་སེར་  
 ལྗང་། །སྤར་མེད་མྱི་ནས་ལྗང་དོགས་ཡོད། །དེ་བརྒྱའི་མགོ་ལ་དར་ཆེན་  
 བརྒྱགས། །ལོ་གསུམ་ཡར་གྱི་གནམ་སྒོ་བཅད། །དམག་ཇག་གཉིས་གྱི་མོ་  
 ལ་བཟང་། །དག་ཡི་པ་ཞིང་ཡུར་མོ་ལ། །བྱུང་གྱི་སེར་བས་བཅོམ་པ་ཡིན། །  
 དམག་མི་རེས་རྟ་རེ་ཐོབ་པ་ཡིན། །གསུམ་དུག་བརྒྱའི་དིང་དིང་དང་། །བརྒྱ་  
 གཅིག་སྟེང་གི་ན་འབན་འདི། །དམག་ཇག་གཉིས་གྱི་མོ་ལ་བཟང་། །སེར་  
 བའི་ནང་ནས་རྟ་བྱུ་ཐོབ། །བ་ཁོག་རྣམ་གསུམ་ན་འབན་དང་། །དེ་ཡི་བརྒྱ་  
 གསུམ་དིང་དིང་ན། །གཡང་མོ་བརྟར་ལ་འགྲིག་པ་ཡིན། །སྟིང་མིག་ཐོག་  
 གསུམ་ན་འབན་གསུམ། །དེ་ཡི་བརྒྱ་གསུམ་དིང་དིང་ན། །དེ་ཡང་གཡང་མོ་  
 བརྟར་འགྲིག་ཡིན། །གཅིག་གི་དིང་དིང་སྒྲོམ་མོ་ལ། །བརྒྱ་གཅིག་སྟེང་གི་ལན་  
 དབྱུང་དགོས། །བརྒྱ་གཅིག་དུ་ཐག་བབ་པ་ན། །མིད་པ་པ་སྒོ་བྱ་ཡིས་  
 འདྲེན། །མང་སེལ་བྱེད་ན་ལྟག་པར་བཟང་། །དེ་བཞིན་བརྒྱ་གཅིག་སྟེང་  
 དག་ཏུ། །དཀར་ཐོག་མཚོ་ལ་འབྲས་བུ་སྒྲིན། །སྤྱོད་ན་འདྲེན་པ་མིན་པ་ཀུན་

ལ་བཟང་། ཡར་ལྷིང་སྤྱིང་པའི་འཕེལ་གཞི་རྒྱས། གཤམ་དུང་ལྷོན་གྱིང་  
ལོ་འདབ་རྒྱས། མི་ལོར་གཉིས་ཀ་འཕེལ་བ་ཡིན། ལམ་ཚོ་མཚོ་ལ་ལྷོན་གྱིང་  
འབྱུངས། ལྷོན་པའི་མཚོ་ལ་དཔའ་མདུང་རྒྱགས། མི་རབས་དགུ་ལ་མདུང་  
ལས་བཟང་། ཤིང་ཤག་ཐུག་དཀར་བབ་བ་ན། རིན་ཆེན་དཔའ་རྫོང་འོད་  
ཟེར་དེ། རྒྱ་མཚོའི་དབུས་སུ་བཅུགས་བ་ཡིན། དཔའ་པོའི་མགོ་ལ་གཤམ་  
བྱན་འབུལ། མི་རབས་དགུ་ལ་སྒྲུ་མཁས་སྒྲེ། དེ་རྒྱ་མཚོ་རྒྱལ་རིང་ནམ་  
ན། ལྷོན་ལམ་མཚོ་དང་རྫོང་རྫོང་བྲག་སྤྱིང་གི་མཚོ་མོ་གཏིང་ནས་རྒྱས། མི་  
རབས་དགུ་ཡི་བར་དག་ཏུ། ཁོ་མཚར་མོ་མཚར་རྒྱུ་མི་འཁང། ཀོང་  
ཅོ་རྩུན་རྩུན་བབ་བ་ན། གནམ་བཞེས་རྒྱ་མཚོའི་གཏིང་དུ་བྲད། བམ་སྒྲུའི་  
རྒྱལ་མོ་དབྱར་དང་མཇུག་སྤྱིང་ཐག་ཅན་ལ་དཔའ་རྒྱགས་དང་། ཚོལ་  
ཚོ་འདན་དཀར་བབ་བ་ན། མཚོ་ལ་ཁ་ཞག་ཆགས་བ་ལ། ཐུག་པོ་ལོར་  
གྱི་དཔལ་ཁ་རྒྱས། དལ་དཀར་བབ་ན་འཕན་པོའི་མི་གཡང་རྒྱས། སྤྱིང་ཟེ་  
ཁ་ལང་བབ་བ་ན། གཤམ་འབུག་ངར་སྒྲིང་དགུང་དུ་སྒྲོགས། ཁྱི་མིག་ནམ་གསུམ་  
བབ་བ་ན། ཁོ་སྒྲ་དུང་ལྷུང་དཀར་པོ་དེས། མི་ཡི་མཆེད་གྲོགས་བྱེད་བ་  
ཡིན། རྒྱང་སྒྲར་ལྷི་བྱར་བབ་བ་ན། དུང་སང་མགོ་ལ་གཤམ་རལ་རྒྱས། སྤྱིང་  
བཞེའི་བར་ནས་སྒྲོག་དམར་འབྱུག གངས་དཀར་སྒྲོང་ནས་དཔའ་ཤིང་  
རྒྱས། ལམ་ཐུས་མཚུན་གྱིས་ཁ་འཛིན་ལེགས། དེ་ལ་གལ་བར་བབ་བ་ན། གཤམ་  
མཚོ་སྒྲོན་མོའི་ཁ་ལ་ནི། དག་སྒྲུའི་རྫོང་ཤིང་མོད་རྫོང་གསུམ། ཁྱི་བ་



རང་གས་བབ་བན། །གཡུ་མཚོ་སྒྲོན་མེའི་འགམ་ཤེད་ན། །ཕྱད་མུག་ཚུག་གསུམ་  
 རྒྱད་དུ་གྲོལ། །བཙུག་ཅིག་དིང་དིང་བཙུག་སུམ་སྒྲུམ། །མི་ཆོ་རིང་ཡང་ཐོག་  
 ཆོ་ཐུང་། །དབག་བསམ་ཅུ་མོ་ཆུ་ཡིས་ཐོས། །ཕྱི་ས་བཞི་ལ་གསེར་བྱ་དང་། །  
 ལན་དུ་རང་སར་དིང་དིང་ན། །ས་མཁུལ་འདྲ་བའི་ཐང་དཀྱིལ་དུ། །མི་བཙོམ་  
 ལྷན་ཤུག་ཐུབ་འདྲ་བ་ཐོབ། །རྟ་ཅང་ཤེས་བསྐྱུག་ས་ལྷན་འདྲ་བ་ཐོབ། །གོས་  
 ཤོ་ན་གྱུ་བཞི་འདྲ་བ་ཐོབ། །བརྩེ་པོན་པོ་བཟང་པོ་ཐོབ། །གསེར་དཔུལ་རིན་  
 ཆེན་ཐོབ་ཀྱང་ཐང་། །ཕྱི་བཞིར་དིང་དིང་རང་ས་ལ། །གསེར་བྱ་བབ་ན་གོང་  
 ལས་བརྒྱུག་ །མི་རྟ་གོས་གསུམ་ཤོར་ཞེས་བྱ། །བྱེས་ལད་དག་ཡི་བཙོན་ངོ་  
 ཡིན། །ཕྱི་ས་བཞི་ལ་དིང་དིང་བཞི། །དིང་དིང་འཁོར་ལོ་ཆེ་བ་ཡིན། །བཙུག་སུམ་  
 ཅུ་མོ་མ་ལད་ན། །སྒྱིད་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བར་མེད་ཡིན། །ལད་ན་སྒྱུག་གི་འཁོར་  
 ལོ་སྟེ། །དོ་ཆོག་ས་འཁོར་ལོ་སྒྲོན་ཡོད། །སང་ཐོད་འཁོར་ལོ་བྱིམ་ན་ཡོད། །  
 དོ་ཆོག་ས་མི་སྒྲོན་སང་ཐོད་ཡིན། །སང་ཐོད་བར་དུ་རྩེས་བཞག་ཆོག་ །ཡང་  
 བ་དག་ངོ་འབྱུར་མེད་ཡིན། །ཡར་མགོན་མཚོད་ལ་དག་བྱུབ་བྱ། །བཀའ་  
 འབྱུར་གྲོག་ལ་རྩལ་སྒྱུག་ས་དང་། །ཡུལ་གཙན་གསུམ་ལ་སྒྲོན་མོ་བྱ། །སྒྲིང་  
 མིག་སྒྲོག་གསུམ་དིང་དིང་གསུམ། །བཙུག་སུམ་ཅུ་མོ་འད་དིང་དིང་བབ། །  
 འཁོར་ལོ་བཞི་བཙུག་ས་འབྲིང་པོ་ཡིན། །བཞོག་གསུམ་དང་ཅུ་འཛིན་ལ། །  
 དིང་དིང་བབ་ན་འཁོར་ལོ་ཆུང་། །འདི་གསུམ་གང་ཡང་ཆེས་ཐལ་ཡིན། །  
 དེ་སོགས་དམིགས་བསལ་བབ་ལན་ཏེ། །སྒྱིར་དིང་དིང་ལན་དུ་དིང་དིང་

ན། འངས་གྱི་སྒྲིབ་ཤིང་ཅུད་ནས་བཅད། འིང་དིང་ལན་དུ་སྒྲིབ་དང་ན། གནམ་གྱི་ཁ་ཡོག་ས་ལ་ལོག། འདྲ་ལ་ཟས་ནོར་ཤོར་ངོ་ཡིན། འིང་དིང་ལན་དུ་གལ་བར་ན། ས་ལ་ལྷུན་པོ་བརྟན་བ་ཡིན། འིང་དིང་ལན་དུ་བྱ་ཡུན་ན། རྒྱ་མཆོའི་ནང་དུ་སྒྲིབ་མེ་ཤར། འིང་དིང་ལན་དུ་བག་བྱ་ན། སྒྲིད་གྱི་ཉི་མ་ལའོར་འདས་ཡིན། འིང་དིང་ལན་དུ་བྱ་བུར་ན། མཁའ་ལ་དུང་ལྷ་ཆོས་བ་ཡིན། འིང་དིང་ལན་དུ་ལྷ་ས་ན། ཤེལ་གྱི་སྐར་མ་བཀྲ་བ་ཡིན། འིང་དིང་ལན་དུ་མ་ཆོན། ཐང་ཤིང་ཡལ་ག་རྒྱས་བ་ཡིན། འིང་དིང་ལན་དུ་སྒྲིབ་ཆོན། མ་སངས་རྒྱ་ཡི་གཡང་ལུར་ཚུགས། འིང་དིང་ལན་དུ་དམ་དག་ན། རྒྱ་མཆོའི་ནང་ནས་སྒྲུག་ཕན་ལུངས། མི་ནོར་བརྟན་པའི་མོ་མདུད་ཡིན། འིང་དིང་ལན་དུ་སྒྲིབ་དཀར་ན། ཡོད་གྱི་གཞི་མ་བཏིང་བ་ཡིན། འིང་དིང་ལན་དུ་ཐང་ལེན། གནམ་གྱི་དལ་ཁ་ས་ལ་བབས། མ་ཉེས་ཁ་ཡོག་ནོར་བུ་གཏོང་། འིང་དིང་ལན་དུ་ཆོལ་ཅེན། མཆོལ་ན་བུན་ཆགས་བ་ཡིན། ཁ་ཟས་འདོད་དག་རྒྱས་བ་ཡིན། འིང་དིང་ལན་དུ་བྱུང་བརྒྱུད་ན། འོ་སྐམ་མོ་སྐམ་ཕྱད་བས་བཟང་། འིང་དིང་ལན་དུ་ཨ་ཁད་ན། འཛུན་ནགས་རི་འབྲུག་པའི་གྲིང་། རྒྱ་སྒྲུག་མ་བུའི་མོ་སྐྱུང་ཚུགས། འིང་དིང་ལན་དུ་རང་སྟན་ན། ཐང་ཆེན་སྟན་པའི་གཏམ་གྱིས་གང་། འིང་དིང་ལན་དུ་སད་ཁམས་ན། འདྲ་བྲ་འདུས་པའི་དར་ཆེན་ཡིན། འིང་དིང་ལན་དུ་སྤང་བེན། གཡུ་འབྲུག་ནམ་མཁར་གྲགས་བ་ཡིན། འིང་དིང་ལན་དུ་བྱོད་བུར་

ན། །ཡེ་སྒོན་རྒྱལ་མོའི་མཁར་ནང་ནས། །དུང་གི་ལུ་གུ་ཅེ་བ་ཡིན། །སྤང་  
དཀར་མེ་ལོང་དཀྱིལ་སྟོད་དེར། །ཉི་ག་རིམ་སུའི་སོ་སྤངས་ཚུགས། །དིང་  
དིང་ལན་དུ་སེ་སྟོད་ན། །མཁའ་ལ་སྒྲིན་དམར་ཚུ་ཚུ་འཐོར། །ཡུལ་དུ་ནད་  
ཡམས་འོང་བའི་ངོ་། །དཀར་ཐོག་མི་ཁོར་འཕེལ་བ་ཡིན། །དིང་དིང་ལན་  
དུ་ལྷི་བུར་ན། །དགུང་ལ་སྤྲར་ཆེན་བཀྲ་བ་ཡིན། །དིང་དིང་ལན་དུ་རྒྱང་  
སྤར་ན། །གངས་རི་དཀར་པོའི་དཀྱིལ་སྟོད་དེར། །སེང་གེ་མ་སུའི་སོ་སྤངས་  
ཚུགས། །དིང་དིང་ལན་དུ་ཚུ་སྤར་ན། །ཕྱིང་དཀར་འོག་གི་རོ་དུད་ཡིན། །  
དར་མ་གཅིག་ལ་ལྟག་པར་བན། །དིང་དིང་ལན་དུ་ལར་ལྷིང་ན། །ཤིང་ཡར་  
སྒྲིས་ཅེ་མོ་དགུང་དང་མཉམ། །དིང་དིང་ལན་དུ་སུམ་མཉམ་ན། །ཐང་ལ་  
སྤྲར་མོ་སུམ་འགོལ་ཡིན། །དིང་དིང་ལན་དུ་ཅེ་ར་ན། །གཡུ་བྱག་བྲག་ལ་  
སྒྲིས་བ་ཡིན། །དིང་དིང་ཡར་དུ་གཡུང་དུང་ན། །ཡུལ་ལ་མི་ཆེན་གདན་འཇག་  
ཡིན། །དིང་དིང་ལན་དུ་ཁྱེ་བ་ན། །མི་གངས་འཕེལ་བའི་མོ་སྤྲ་ཡིན། །དིང་  
དིང་ལན་དུ་ད་རོག་ན། །ཁོར་གཡང་མི་ལ་བབས་བ་ཡིན། །དིང་དིང་ལན་  
དུ་དམུ་དབལ་ན། །སྒྲི་གཤེན་བོན་རྒྱུད་འཕེལ་བ་ཡིན། །དིང་དིང་ལན་དུ་  
སྤྲུམ་རིགས་ན། །རྒྱ་མཆོ་བསོགས་བ་ཐིག་པར་བཟད། །བསག་པའི་བསམ་ཁོར་  
བརྒྱག་ངོ་ཡིན། །དིང་དིང་ལན་དུ་བྱ་རལ་ན། །དགུང་སྒྲོན་ཁད་དུ་ཆགས་  
བ་ལ། །ཁྱེ་གཞི་ཐོར་ཅམ་ཞིག་ཁོལ་དུ་བུད། །ཤི་ཆད་འགྲེལ་བུབ་འོང་ངོ་  
ཡིན། །ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་རན་བ་ལ། །ནད་བ་ཡུལ་སུད་གཉིས་ལ་བབང་། །

དིང་དིང་ལན་དུ་ལི་ཡན་ན། །དགྲུང་ལ་མུག་གི་ན་བྱན་འཐིབ། །མི་མཐའ་  
 མུག་གི་བཟུང་ཉེན་ཡོད། །དིང་དིང་ལན་དུ་གསེར་བྱན། །ངང་པ་མཆོའི་ནས་བྱང་  
 རོ་ཡིན། །ལྷ་སྒྲན་བཟང་མོ་ཤིངོ་ཡིན། །དིང་དིང་ལན་དུ་མར་ལྷིང་ན། །གནམ་  
 སའི་ཀ་གདུང་ཆག་པ་ཡིན། །དིང་དིང་ལན་དུ་སྒྲོ་བར་ན། །གྲོད་གྱི་སྒྲོ་ཉལ་  
 བྱས་པ་ཡིན། །བྲོས་ཀྱང་མི་ཐར་གྲོད་གྱིངོ། །དིང་དིང་ལན་དུ་སོ་ཡོན་ན། །  
 སྒྲོན་པའི་གོ་ང་ངམ་ལ་ཤོར། །ཐ་མ་རྒྱས་ཤོར་ནོར་བརྒྱག་རོ། །དིང་དིང་  
 ལན་དུ་རུ་སོད་ན། །དགྲུང་སྒོན་དུམ་བུ་གསུམ་དུ་འཐོར། །ལ་ནོར་བཤོས་  
 ལ་མི་འཆམ་པའི། །སྒྲན་གསུམ་ལུང་པ་གསུམ་དུ་འགོ། །དིང་དིང་ལན་དུ་  
 མ་ཟེན། །ནང་ཆ་བུ་དགྲུ་རུལ་པ་ཡིན། །ཡུལ་དུ་ནང་འབྲུག་ས་འོང་བའི་མོ། །  
 དིང་དིང་ལན་དུ་ན་འབན་ན། །གཟའ་དུག་ཐར་གྱིས་འཐོར་རོ་ཡིན། །ཡོད་  
 གྱི་ལྷ་གཞི་དཀར་པོའི་སྒྲིང་། །དམ་གྱི་ཐོག་ཟེར་ལྷུང་བའི་མོ། །བདེ་བའི་  
 ཡུལ་དེ་འཆོར་རོ་ཡིན། །མི་བདེ་དག་དང་འབྲུད་རོ་ཡིན། །དིང་དིང་ལན་  
 དུ་དྲོད་རིགས་ན། །གཤིན་རྗེའི་བསུ་མ་སྒྲེབས་པ་ཡིན། །ལ་ཆོན་གཅིག་ལ་  
 གྲོད་སྒྲ་གསུམ། །དིང་དིང་ལན་དུ་བྲག་ནག་ན། །ལྷ་ཆེན་སྒྲིང་པ་འོད་ལྷན་  
 དེ། །སྒྲན་པ་ནག་པོས་ཁྱིར་བ་ཡིན། །བསད་བཟུང་གཉིས་ཀ་དུས་གཅིག་  
 འོང་། །ལྷག་པར་དམག་ཆེན་ཆས་ན་ངན། །ལར་གྱེ་བ་ད་རོག་དམུ་དབལ་  
 གསུམ། །དིང་དིང་ཆེ་བའི་ཆེ་རོག་ཡིན། །གལ་བར་སྒྲུར་དང་ཡར་ལྷིང་གསུམ། །  
 དིང་དིང་མཉམ་པའི་མཉམ་རོག་ཡིན། །ལ་ཆོད་མུ་དག་མུ་ས་གསུམ། །དིང་

དིང་སྤྱད་པའི་ཁ་གད་ཡིན། །སང་དང་བྱ་ཡུན་སང་ཁམས་གསུམ། དིང་  
 དིང་གསལ་པའི་སྒྲོན་མེ་ཡིན། །ཁྱད་ཟེ་གཡུང་དྲུང་སྒྲོ་ཆོ་གསུམ། དིང་དིང་  
 གསོལ་པའི་བདུད་ཅི་ཡིན། །དཀར་ཐོག་ཤིང་རིགས་སུ་བརྒྱག་གསུམ། །  
 དིང་དིང་འཕེལ་པའི་དབལ་ཁ་ཡིན། །རིན་ཆེན་ཅེ་མ་གསེར་ཐིག་གསུམ། །  
 དིང་དིང་དཔའ་པའི་སྐད་སྒྲན་ཡིན། །སྒོ་མདངས་དཔལ་མདངས་དཔལ་མོད་  
 གསུམ། དིང་དིང་ཕྱགས་གྱི་རུམ་ཡིན། །དཀར་ཐོག་གཡུང་དྲུང་སྒྲན་གསུམ་  
 དེ། དིང་དིང་གཡང་གི་ཆོ་བ་ཡིན། དིང་དིང་ཆད་ཁྱད་འོད་གསལ་ལྟ། །  
 དིང་དིང་གོལ་ཕྱག་མདུད་པོ་ཆེ། དིང་དིང་སྒྲོག་གཅོད་ན་འབན་ཡིན། དིང་  
 དིང་མནོལ་རྩ་ས་སོ་ཡོན་ཡིན། དིང་དིང་སྒྲིང་སྒྲིང་ལི་ཡན་ཡིན། དིང་དིང་  
 འདི་ལ་བདུད་གསུམ་ཡོད། །སྒྲུམ་གན་སྒྲོལ་བརྒྱག་བཅས་དང་། །སྒྲིང་ནག་  
 སུང་མ་མགོ་བདུམ་དང་། །དལ་ནམ་བྱ་མོད་བྱ་རལ་ཏེ། །མཐའ་མིག་ཡང་  
 དག་འདི་གསུམ་ཡིན། །ཡོད་པའི་ལྟ་ཁམས་དཀར་པོ་ལ། །མེད་པའི་རུམ་  
 གྲུག་པ་ཡིན། །སྒོད་ཞིག་བཅུད་འཐོར་ཡུལ་བཟུང་ངན། །དག་གཞི་དུར་  
 གསུམ་ཀུན་ལ་ངན། དིང་དིང་འཕེལ་བ་རྣམས་གསུམ་ལ། །སྒྲོང་དཀར་  
 གཡུང་དྲུང་ལྷི་བུར་དང་། །དཀར་ཐོག་གཡུང་དྲུང་ལྟ་ཁམས་བརྒྱག་ །དཀར་  
 ཐོག་སྒྲན་གསུམ་གང་བབས་ཀྱང་། །མི་གཅིག་མི་བརྒྱ་འཕེལ་བ་དང་། །རྟ་  
 གཅིག་རྟ་བརྒྱ་རེད་པ་ཡིན། །ཐིག་པ་བསགས་བ་རྒྱ་མཚོར་གྱུར། །དག་  
 གཞི་དུར་གསུམ་ཀུན་ལ་བཟང་། །བཀྲ་དང་མཚུན་གྱི་མོ་ལ་ངན། དིང་དིང་

ནའཐེན་ཐག་ནམ་གསུམ་ནི། །དུ་དག་གལ་བར་སྐྱེ་དང་གསུམ། །དིང་  
 སྐྱེས་ལོ་མ་དགུང་དང་མཉམ། །སྤིང་བ་བརྒྱད་གསུམ་མཐའ་རུ་ཕྱིན། །བཀྲ་  
 སྐྱེ་ཡང་ཆ་མཐོང་བ་དང་། །སྐྱེ་མོ་ཞེ་ཆ་མཐོང་བས་བཟང་། །དེ་དིང་  
 དིང་མན་དག་ཡང་དག་གོ། །དིང་དིང་ལྷ་གཞི་དགྱིལ་འཁོར་ཏེ། །གཅིག་གི་  
 དིང་དིང་ལ་སོགས་པའི། །བརྒྱ་གསུམ་ལ་གང་བབ་འབྲས་སུ་ནི། །བྱ་བར་  
 གསེར་ཐིག་བབ་བ་ན། །དགྱིལ་འཁོར་སྤེང་གི་རྩང་མོར་ཡིན། །སྐྱེས་སྤོན་  
 ཡོན་ཆབ་གཙང་མ་ཡིན། །བརྒྱ་གསུམ་ཨ་ཁད་མར་མེ་ཡིན། །བྱོད་ལུང་ལྷ་  
 བཤོས་བཀྲམ་བ་ཡིན། །ལྷུང་བརྒྱད་མཚལ་ཐིག་དྲི་ཆབ་ཡིན། །འདིར་དིང་  
 དིང་དག་གི་ལན་རྩ་ནི། །སྤེ་ཆོན་སུམ་རྩ་རྩ་གསུམ་པོ། །གོ་རིམ་བཞིན་རྩ་  
 བཤད་བ་སྟེ། །སྤེ་ཆོན་ནང་གི་བྱེ་བྲག་འགའི། །བཤད་བ་རྟེན་པའང་སོ་སོ་  
 ཡི། །སྤེ་ཆོན་ཁོངས་སུ་བྲིས་བ་ཡིན། །བབ་ལན་སོགས་དམིགས་བསལ་  
 མ་བཤད་པ། །སྤྱི་ལ་བརྟགས་ཏེ་བཟང་ངན་དབྱེད། །བབ་ལན་བཟང་བར་  
 བཤད་བ་ཡང་། །བརྒྱག་ངན་བྱུང་ན་ངན་པར་རྩི། །ངན་པར་བཤད་པའི་  
 མདུད་པ་ལ། །བརྒྱག་བཟང་བྱུང་ན་བཟང་པོར་རྩི། །བཟང་ལ་བརྒྱག་བཟང་  
 ལྷག་པར་བཟང་། །ངན་ལ་བརྒྱག་ངན་ལྷག་པར་ངན། །དངོས་སུ་བཤད་བ་  
 མེད་ན་ཡང་། །ཕན་ཚུན་སྤྱེ་རྟགས་བབ་ལུགས་གྱིས། །དཔལ་དང་གཤེད་  
 རྩ་སོང་བ་ཡང་། །རང་གི་རིག་པས་དབྱེད་དེ་སྤྱེ། །མོ་རྟེན་འབྲེལ་འཆར་སྟོ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། །རིག་པ་གསལ་ན་ཅི་ཡང་འཆར། །བབ་དང་ལན་གྱི་མོ་

མཐུད་དེ། །ཁེར་འདུག་གསལ་པོར་བྱུང་ན་ངེས། །བབ་ལེན་བཟང་ངན་རི་  
བཞིན་དུ། །སྒྲིང་མིག་སྒྲོག་གསུམ་པ་ཁོག་གསུམ། །ཕྱི་ས་བཞི་ལ་སོགས་པ་  
རུ། །མཐུད་པ་གང་རུང་གཅིག་བབ་ན། །དེ་ཡི་ལན་དུ་གྱུར་པ་ཡི། །ཅེ་འཛིན་  
ལ་སོགས་གནས་ན་མས་སུ། །བབ་ལེན་བཟང་ངན་གང་བྱུང་བ། །མང་པོའི་  
ལན་དུ་གཅིག་ཆོག་སྟེ། །གང་འོག་འཕུལ་སྟེབ་ཤེས་པར་བྱ། །འོག་མའི་སྟེ་  
ཆོན་ཐམས་ཅད་དུ། །འདི་བཞིན་གྱུར་ཏེ་དབྱེད་པ་ན། །མཛོན་ཤེས་གནད་གྱི་  
འགག་མཐུད་ཟིན། །གཤེན་པོན་ཐུགས་རྗེའི་བླ་ཟེར་བརྩུད། །སྒྲིང་ལ་འཇག་  
པ་བདག་ཉིད་གྱི། །མན་ངག་ཞིག་འདི་རུ་སྒྲས་པ་ཡིན། །དིང་དིང་གཙང་མ་  
འདི་ཉིད་ལ། །རིགས་གྱི་སྒྲོན་ནས་དབྱེ་བ་བཤད། །མོ་རྟ་མ་ཡིན་ཅིག་ཤོས་  
གྱི། །མཁར་ཁ་ལག་པས་ཟིན་གྱུར་ན། །དིང་དིང་གཤམ་དགར་བུམ་པ་  
ཟེར། །གཉིས་པ་ལག་གིས་ཟིན་གྱུར་ན། །དིང་དིང་གཡུ་གུར་སྟོན་པོ་ཡིན། །  
གསུམ་པ་ལག་གིས་ཟིན་གྱུར་ན། །དིང་དིང་བ་སྟ་སྟག་བཞི་འམ། །བརྒྱག་  
ན་བ་སྟ་བྱུང་མཆུ་ཟེར། །དོན་ལ་བ་སྟལ་བྱུང་གསུམ་ཆང་། །མཁུལ་བ་རིང་  
བ་བྱུང་དང་འདྲ། །སྟོབ་ཆེ་བ་སྟལ་བ་འདྲ། །མཐུག་མ་རིང་བ་བ་ཡིན་ཏེ། །  
བ་ཡི་རྟགས་སུ་རྩ་མ་ཡོད། །བྱུང་གི་རྟགས་སུ་གཞུག་སྟོ་ཡོད། །སྟལ་བའི་  
རྟགས་སུ་འབྱུང་རིས་ཡོད། །དིང་དིང་ཁ་མཉམ་ལག་མཉམ་འདི། །མ་ཡར་  
བ་ཡི་སང་གཅིག་ཡིན། །མ་བཅས་པ་ཡི་བརྒྱག་གཅིག་ཡིན། །དག་གཞི་  
སྒྲོར་གསུམ་གྱུན་ལ་བཟང་། །མོ་རྟ་ཞབས་སུ་འཁོར་བ་ན། །དིང་དིང་གཡས་

འཁོར་ཞེས་སུ་འབོད། །མོ་རྟ་སྟེང་དུ་འཁོར་བ་ན། །དིང་དིང་གཡོན་འཁོར་  
བྱ་བ་ཡིན། །རླུང་ནད་ཅན་དེ་རི་ཁར་བྱད། །མགོ་འཁོར་གྲང་ནས་འཁོར་  
བ་ཡིན། །ཡུན་རིང་ནད་པར་གཉི་ཅོས། །སྤྲོན་གཏོང་རྒྱབ་ནས་གཏོང་བ་  
ཡིན། །གཡོན་འཁོར་དེ་ཡི་མོ་རྟའི་ཕུ། །ལག་བས་ཟེན་ན་གཤམ་དཀར་  
སོགས། །སྤྲོ་མ་བཞིན་དུ་མིང་འདོགས་བྱ། །རྟ་ཆེ་བའི་རྒྱལ་པོ་དིང་དིང་  
གི་ །མོ་རྟའི་ཕུ་མོ་མ་ཡིན་པའི། །མཁར་ཕུ་དེ་ལ་བརྒྱག་སོང་ན། །དིང་དིང་  
ཁ་ལེ་དཀར་པོ་ཡིན། །ཡོད་ཁམས་ལྟ་ཡི་གྲོལ་ཕྱག་ཡིན། །དཀར་པོ་དུང་  
གི་གཞོང་བ་ཡིན། །དགུང་སྟོན་གནམ་གྱི་ཀ་བ་ཡིན། །ཁམས་གྱི་དབང་པོའི་  
དུངས་མ་ཡིན། །རྣམ་ཤེས་རིག་པའི་ཤན་འབྱེད་ཡིན། །སྟོང་ཉིད་འོད་གསལ་  
སྟོམ་མི་ཡིན། །ཅ་རླུང་རྟ་ཁ་བརྒྱར་མི་ཡིན། །དོག་མོ་ས་ཡི་རྟེན་སྤར་ཡིན། །  
རི་རྒྱལ་ལྟན་པོའི་རྟེན་སྟོང་ཡིན། །ཤེར་མའི་སུ་ཆེན་འོད་འབར་ཡིན། །སུམ་  
བརྒྱ་དུག་ཅུའི་ཅ་བ་ཡིན། །བདུན་བརྒྱ་ཉི་ཤུའི་སྤྲ་གནས་ཡིན། །འབུམ་རྩེ་  
ཀུན་ཐུབ་འཛིགས་མེད་ཡིན། །འབུམ་ཚོ་ཁྲིམས་གྱི་རྩ་བ་རྒྱུང་ཡིན། །འབུམ་  
ཚོ་སྟོས་ལ་འདེབས་མི་ཡིན། །ཁྲི་ཚོའི་མགོ་པོ་འབྲལ་མི་ཡིན། །སྟོང་ཚོས་  
སྤྱ་འཁོར་བྱེད་མི་ཡིན། །སྟོང་ལྟ་ཅ་རུས་གསུམ་འདི་ལ་ཆང་། །སྤྱོད་ལྟ་དང་  
ཅལ་ཁ་འགྲན། །ལྟ་ཡིས་མ་དོ་དུང་འཕྱུ་ཅན། །ཉིན་གུང་གཉན་དང་ཤང་  
ཁ་བཀྱ། །གཉེན་གྱིས་མ་ཐུབ་ཆོག་ཐོད་ཅན། །སྤྱོད་བདུད་ལ་མདའ་ཁ་  
བཀྱ། །བདུད་གྱིས་མ་ཐུབ་གཡུ་ཐོང་ཅན། །གནས་པ་རི་གསུམ་མགོ་ལ་



གནས། རྒྱལ་ནི་རྒྱ་མཚོའི་གཏིང་ལ་རྒྱལ། ཟེམ་སྤྱུ་ཤ་ཆེན་སྣ་དགུ་བ། གོས་  
 སྤྱང་གི་ལ་བ་གྱོན། བཅོན་པོ་བརྒྱ་ཡི་གཉའ་ལོན་ཡིན། ཁས་དམན་  
 སྤྱང་གི་འབྲོས་རི་ཡིན། སྤྱང་སྤྱི་རིང་ལ་བབ། མི་མགོན་དཀར་པོའི་  
 རིང་ལ་བབས། སྤྱ་ཡར་བལྟས་གངས་དཀར་དགུང་དང་མཉམ། མདོ་མར་  
 བལྟས་གཡུ་ཡིན་བུན་འབྲུལ། བར་ཐང་པོ་ཆེ་ཡི་དགྱིལ་ཤེད་དེར། སྤྱ་དུམ་  
 ལ་རའི་མེ་ཏོག་འབྲུངས། སྒོན་སངས་རྒྱས་འདི་གཉེན་ཕྱོན་ཉིན་བབས། །  
 སྤྱང་སྤྱིགས་ནས་སྤྱང་དུ་འདི་བབས་ན། སྤྱིད་ཀྱི་ཉི་མ་འགྲིབ་མེད་ཡིན། །  
 སྤྱང་དུངས་མའི་བཅུ་གསུམ་འདི་བབ་ན། དགུང་གི་ཉི་མ་ཡལ་འདོད་ཡིན། །  
 ཅིས་ཀྱང་མི་ཁྱོགས་ལ་བརྟལ་ངན། འདི་ལ་དཀར་བཤད་བཅུ་གསུམ་ཡོད། །  
 སུང་ཁོལ་ནག་བཤད་བཅུ་གསུམ་ཡོད། བར་མ་ཁྱ་བཤད་བཅུ་གསུམ་  
 ཡོད། ॥ ॥

གཅིག་གི་སྤྱང་དུ་བབས་པ་ན། ཁ་ལེ་མི་ནག་ཁ་ལེ་དཀར། ཅི་ལ་བཏབ་  
 ཀྱང་བཟང་བ་ལ། ལྷག་པར་སྤྱི་མོ་ལ་དཀར། ཐང་ཆེན་གསུམ་གྱི་  
 གོང་བ་ནས། ཆོས་སྤེའདབས་པའི་ཉིན་མོ་དཀར། ཤར་ཕྱོགས་དུང་རི་  
 དཀར་པོ་ལ། སྤྱིད་ཀྱི་རྒྱ་མིག་འདུ་ཉིན་དཀར། ཉི་མ་ཉིན་གཅིག་ནག་པ་  
 ཡོད། དམག་ཆེན་འདེགས་པའི་ཉིན་མོ་ནག ཁྲེང་མ་པ་ཆས་སུ་ཆས་ཀྱང། །  
 ཞོག་དཀར་ཁྲེང་མ་ཆང་དུ་ཉལ། སྤྱ་མཁར་མིང་རྩོད་བཞག་ཉིན་ནག ས་  
 བདག་སྤྱིང་ནག་བཅོས་ཉིན་ནག སྤྱ་བར་ཐི་བས་སྣ་དགུ་བས། ॥

གཉིས་ཀྱི་སྟེང་དུ་བབ་པ་ན། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ནག་པ་ལ། །ལྷག་པར་སྤྱི་  
ཁྱིམ་སྤུབ་ཉིན་ནག །སྤྱིམ་སྤྱང་བས་པ་ཁྱིམ་སྤིབ། །མནའ་མ་བསྐྱས་དང་  
སྐྱག་མོ་གི། ཉི་མ་ཉིན་གཅིག་དཀར་བ་ཡོད། །རབས་ཆད་ཆུང་མ་ལེན་ཉིན་  
བཟང་། །རབས་ཆད་མི་རྒྱད་འཕེལ་ངོ་ཡིན། །དམེ་བྲོད་བག་མ་ལེན་ཉིན་  
དཀར། །དམེ་རོ་གཙང་མའི་སྤྱུག་ནས་ཐོན། །

གསུམ་ཀྱི་སྟེང་དུ་བབ་པ་ན། ཅི་བཏབ་ཀུན་ལ་དཀར་བ་ལ། །ལྷག་པར་  
མོ་སྐྱམ་མོ་ལ་དཀར། །མིད་ཀྱི་ཆུ་མིག་ངོལ་བ་ཡིན། །སྤྱོ་བག་མ་འགོ་ན་  
དཀར། །སྟོན་དུ་སྒྲ་བཟང་རྒྱབ་ལ་དཀར། ཉི་མ་ཉིན་གཅིག་ནག་བ་ཡོད། །  
སྤུན་ད་པའི་མོ་ལ་ནག །སྤྱི་སྤྱུག་དུར་དུ་ཁྱགས་བ་ཡིན། །

བཞེ་ཡི་སྟེང་དུ་བབ་པ་ན། ཅི་བཏབ་ཀུན་ལ་དཀར་བ་ལ། །ལྷག་པར་ཆར་  
པ་འཕེབ་ན་དཀར། །ཁྱུ་འཛོག་པོའི་གཡང་ཆར་འཕེབས་བ་ཡིན། །བྱ་གཡང་  
འགྲུགས་ན་ལྷག་པར་བཟང་། ཉི་མ་ཉིན་གཅིག་ནག་བ་ཡོད། །ལྷོག་རོ་  
བག་འ་བའི་མོ་ལ་ནག །ས་སྤིན་ནག་པོ་ལང་ངོ་ཡིན། །ཁོངས་པས་མཛོ་མོ་  
ཉི་ཉིན་ནག །ཁུ་རོ་ཆལ་བར་གས་བ་ཡིན། །དབུལ་པོའི་སྤྱུགས་ར་བཅའ་ཉིན་  
ནག །རྒྱ་རྒྱད་མི་ལ་སྤོང་ངོ་ཡིན། །ཡུལ་བ་འབྲོག་ལ་འགོ་ཉིན་ནག །ཟོམ་  
དཀར་ཡག་སྟེ་ནང་བཅུད་མེད། །

ལྷ་ཡི་སྟེང་དུ་བབ་པ་ན། ཅི་བཏབ་ཀུན་ལ་ནག་པ་ལ། །ལྷག་པར་གོད་ཁ་  
ཅན་ལ་ནག །གོང་མ་མི་འཆད་ཅུ་བ་ཡིན། །ཆུ་ལ་ཟམ་པ་བཅུག་ཉིན་ནག །

རྒྱལ་མཁན་ཚུ་ལ་གི་བ་ཡིན། །རབས་ཆད་ནད་པའི་མོ་ལ་ནག །མངོ་གན་  
ར་རྩ་ཐང་ལ་རུལ། །རྟ་གསར་བཅོས་པ་གི་རུ་འཆི། །ཉི་མ་ཉིན་གཅིག་  
དཀར་བ་ཡོད། །འབྲུལ་འབྲུལ་པའི་ཉིན་མོ་དཀར། །མ་ལ་བཞོག་ནས་  
འུ་ལ་བརྒྱན། །དག་ལ་མཐུ་གཏད་བྱེད་ཉིན་དཀར། །གཏུག་བྱེད་ཚུ་མིན་  
ཁ་སོ་གདེངས། །དག་དམ་མི་མི་ཞིག་སོད་བ་ཡིན། །ཡུལ་ས་བརྒྱུད་པའི་  
མོ་ལ་དཀར། །མི་བ་རྒྱ་མཚོ་རིམ་པ་བཅོ་བརྒྱད་ཆགས། །

རྩལ་གི་སྤྲོད་རྩལ་བ་བ་ན། །ཅི་བཏབ་ཀུན་ལ་དཀར་བ་ལ། །རྩལ་པར་མོ་  
བཅུན་མོ་ལ་དཀར། །མོ་བཅུན་འབྲུལ་མོའི་ལོ་བ་རུ། །མིང་གི་ཀ་བ་ཚུགས་  
བ་ཡིན། །ཡུལ་པའི་འཕྲོག་གསར་འཛོན་ཉིན་དཀར། །འབྲི་གདང་བེའུ་གདང་  
མཉམ་རྩལ་བརྒྱུད། །འབྲུལ་མེད་འབྲུལ་ཐབ་བརྒྱུད་ན་དཀར། །སྒྲུབ་ཤ་ཡུ་མོའི་  
ཐོད་བ་དེས། །གཡང་གི་ཚོ་ཞབས་ཚུགས་བ་ཡིན། །ཉི་མ་ཉིན་གཅིག་ནག་བ་  
ཡོད། །ཡ་སྒྲུབ་ནད་འབྲུགས་བྱེད་ཉིན་ནག །ཁྲོད་བཞེས་གཅིག་འབྲུས་བ་  
ཡིན། །འབྲུལ་མེད་ནད་པའི་མོ་ལ་ནག །ཐུལ་སྒྲོག་གི་གི་གང་ངོ་ཡིན། །ཡ་  
མ་ནག་པའི་མོ་ལ་ནག །ཕྱ་ལུ་མ་བྱང་གི་རུ་ཞོ་སྒྲུལ། །རྩལ་ཁང་ཀ་ཆེན་བསྐྱང་  
ཉིན་ནག །སྐྱང་མདའ་བཅུག་དང་འབྲུ་གཏུང་གི། །

བཏུན་གྱི་སྤྲོད་རྩལ་བ་བ་ན། །ཅི་བཏབ་ཀུན་ལ་དཀར་བ་ལ། །རྩལ་པར་  
དོན་ཆེན་སྐྱབ་ཉིན་དཀར། །ཡ་བཅུན་འབྲུལ་མོའི་བསམ་བ་སྐྱབ། །གཉེན་  
གཉེས་ནད་རུམ་བྱེད་ཉིན་དཀར། །ཉི་བ་ཤ་འབྲང་མཉེན་མོས་སྐྱེལ། །རུམ་

ལུང་བཅད་ཀྱང་འཐོར་མི་འགྱུར། །གཉན་སྡོད་ཡ་བ་རྒྱ་གཅིག་གིས། །རྡོ་རྩ་  
གྲོ་མོ་རྩེད་ལས་གྲོ་ལ། །ཉི་མ་ཉིན་གཅིག་ནག་པ་ཡོད། །ཤར་རྩ་ཉི་ལའི་ཉིན་  
མོ་ནག་ཤར་ཤི་རྩ་རེད་པ་ཡིན། །སྤྱན་པའི་མོ་ལ་འདེབས་ཉིན་ནག་ །སྤྱག་  
གི་ནད་པ་རྩུངས་ཟེད་དང་། །ལྟན་ཅིག་སྤྱད་པ་མཆི་མ་ཤོར། །བྱུང་པར་  
སྤྱས་མའི་མོ་ལ་ནག་ །བྱི་མ་སོས་དང་ནང་སྟོག་ཆད། །བྱི་མར་ཟོས་དང་ནད་  
པ་ཤི། །དམག་ཆེན་དྲ་མ་བཀྱག་ཉིན་ནག་ །རོ་དང་སྤྱས་མས་ལུང་པ་གང་། །  
གཡའ་སྤང་གཡུ་དམར་དག་ལ་ཤོར། །

བརྒྱད་ཀྱི་སྟེང་དུ་བབ་པ་ན། །ཅི་བདེ་བ་ཀུན་ལ་དཀར་པ་ལ། །ལྟག་པར་འདྲི་  
གདོན་འདུལ་ཉིན་དཀར། །མཐུ་ལྟན་ཡི་ཤེས་དབང་ཆེན་གྱིས། །འདྲི་སྟོན་  
གཡུལ་རོ་བརྒྱུག་པ་ཡིན། །བན་སར་མཆོམས་ལ་འདུག་ཉིན་དཀར། །སྟོན་  
ཅན་གྲུབ་པ་ཐོབ་རོ་ཡིན། །བཅོམ་ལྟན་ལྷ་གྲུབ་པ་ཡིས། །དང་པ་བསྟགས་  
ལྟན་ཆེབས་སུ་ཆེབ། །བན་བུ་མོས་པ་ལྷག་བྱིར་བྱིད། །ཐར་པའི་གླིང་དུ་གཤེགས་  
པ་ཡིན། །ཉི་མ་ཉིན་གཅིག་ནག་པ་ཡོད། །གསེབ་ཆེན་བྱུང་ཡི་རྒྱུ་བཟོན་པའི་  
མིང་བསྟོལ་བྱེད་ཉིན་ནག་ །བྱ་ཐག་བྱི་ཡིས་ཟོས་པ་ཡིན། །པ་མཆུན་གསོལ་  
མཆོད་བྱེད་པ་དང་། །པ་དུར་གདབ་པའི་ཉིན་པར་ནག་ །གསོས་པའི་ལུ་  
དེ་ཆང་ནས་རུལ། །བཀྱ་ཆུན་ནད་པའི་མོ་ལ་ནག་ །བྱི་གདུགས་ཉི་མ་ལ་  
ཁར་ཐོན། །

དགུ་ཡི་སྟེང་དུ་བབ་པ་ན། །ཅི་བདེ་བ་ཅི་ལ་གནག་པ་ལ། །ལྟག་པར་ལྟ་བོན་

མོ་ལ་གནག། ལེའུའི་ལྟ་རབ་ནོག་པ་ཡིན། །སྤྲ་མཆོད་བཀྲལ་པའི་མོ་ལ་  
ནག། ལོན་བདག་འདྲེ་ཡིས་སྤྲ་མཆོད་བསང། །ཉི་མ་ཉིན་ཅིག་དཀར་བ་  
ཡོད། །སྤྱི་ཐིག་བྱེད་པའི་ཉིན་མོ་དཀར། །ཁང་ཁུང་སྒྲོམ་པ་མར་མེར་གྱིས། །  
གནམ་སྤོར་མེ་ལ་བསྐྱེད་པ་ཡིན། །རྒྱ་བ་སྤྲུང་དུ་འཇུག་ཉིན་དཀར། །རྒྱུང་  
གཡེལ་སར་བསྐྱད་ཀྱང་རྒྱུང་སར་ཟིན། ॥ ॥

བརྩུ་ཡི་སྤྲུང་དུ་བབ་པ་ན། །ཅི་བཏབ་ཀྱང་ལ་དཀར་བ་ལ། །ལྟག་པར་བབས་  
ཆད་མ་ལ་དཀར། །ཡ་ཆད་ཆན་མོ་བུ་ལ་འཇུམ། །ཡ་རབ་བྱིས་གསར་ལུབ་  
ཉིན་དཀར། །བུ་བཟང་རེ་བཀྲ་སྟག་འདྲ་འབྱུང། །མི་ཆེན་སྒྲོར་བྱ་འདེབས་  
ཉིན་དཀར། །ཆེ་རྒྱུད་འཕེལ་ཁ་ཚུགས་པ་ཡིན། །ཉི་མ་ཉིན་གཅིག་ནག་པ་  
ཡོད། །མི་ཆན་གཅིག་གི་མོ་ལ་གནག། མི་ཆན་གྱི་བའི་མལ་ས་ཡིན། །སྤྲ་  
སར་ལུབ་པའི་ཉིན་མོ་ནག། །སྤྲེད་བུ་རོ་གསུམ་མི་ནག་ཅིང། །གཏུང་གི་ར་  
དྲེག་པས་གོས་མི་ཁོམས། །ལྟ་བསང་ག་ཉིན་པོ་བྱེད་ཉིན་ནག། །མི་བཙོག་བྱས་  
གྱིས་མི་དག་རོ། ॥ ॥

བརྩུ་གཅིག་སྤྲེད་གི་ཁ་ལེ་འདི། །ཅི་བཏབ་ཀྱང་ལ་དཀར་བ་ལ། །ལྟག་པར་  
ནད་པའི་མོ་ལ་དཀར། །སྤྱི་བ་ཡེ་སྒྲོན་རྒྱལ་པོ་དེ། །དམ་གྱི་ཡུལ་ནས་ཐར་  
པ་ཡིན། །ཡ་རབ་བག་མ་ལེན་ཉིན་དཀར། །ཆོས་ཆེན་དབུ་འཇུགས་བྱེད་  
ཉིན་དཀར། །ཡེ་སྒྲོན་རྒྱལ་པོས་ཅི་བསམ་འབྲུབ། །ཉི་མ་ཉིན་གཅིག་ནག་  
པ་ཡོད། །རྟིང་བཟུང་ག་ལེན་བྱེད་ཉིན་ནག། །ཐེར་མ་ཁ་འཇུམ་མིག་རུབ་

ཡིན། །དར་མ་དར་འཛིན་དག་ལ་ངན། །ཤེར་མས་བྱི་འབྲོས་རྒྱབ་དོ་ཡིན། ། །  
བརྩ་གཉིས་སྟེང་དུ་བབ་བ་ན། །ཅི་བཏབ་ཀུན་ལ་ནག་བ་ལ། །ལྷག་པར་  
བག་མ་ལེན་ཉིན་ནག །སྒྲ་བོན་སྒྲ་ཟས་སྟེར་མི་འཆི། །ལྷག་པར་ཡོ་བཙུང་ས་  
བྱེད་ན་ནག །བྱི་སའི་སྟེང་གི་ཆེས་ཐལ་ཡིན། །ཉི་མ་ཉིན་གཅིག་དཀར་བ་  
ཡོད། །དམག་ཆེན་རུམ་གོ་མཐོང་ཉིན་དཀར། །ཇག་བྱི་ལམ་ནོར་བྱིས་གང་  
བ་ཡིན། ། །

བྱི་སར་དག་རུག་སུང་ལགས་ཀྱང་། །བྱང་གི་མི་ཐུན་ལྷུང་ཡུ་འཁོར། །དག་  
ཡོད་སྐད་ཐོས་ཀྱང་དག་དོ་མེད། །བྱང་དུ་ལྷ་ཆོང་འགོ་ཉིན་དཀར། །ཆོང་  
བས་དབང་སྐད་ཐོན་བ་ཡིན། ། །

བརྩ་གསུམ་སྟེང་དུ་བབས་བ་ན། །ཅི་བཏབ་ཀུན་ལ་དཀར་བ་ལ། །ལྷག་པར་  
མི་ཆེན་མོ་ལ་དཀར། །དཔོན་སྐྱ་ཆེ་རིང་ལ་བསམ་དོན་གྲུབ། །ཉིན་ལ་རབ་  
གནས་བྱེད་ཉིན་དཀར། །བཀྲ་ཤིས་མེ་འོག་ནམ་མཁའ་གང་། །དམག་ཆེན་  
དུ་མ་ཆ་ཉིན་དཀར། །འབུམ་རྩེ་ཀུན་ཐུབ་འཛིགས་མེད་ཡིན། །སེལ་དཀར་  
མཛེས་པའི་ན་བཟང་ལ། །རིན་ཆེན་མཛེས་པའི་གསེར་གོང་བཏགས། །འཇའ་  
ཆོན་མཛེས་པའི་སྐ་རགས་བཅིངས། །དབུ་ལ་སེལ་གྱི་ཐོད་གཅིག་གསོལ། །ཕྱག་  
ན་ཁྲིམས་གྱི་རྩ་ཆེན་བཟུང་། །རྩམ་འཛིགས་འབྲུག་གི་རྩ་ལ་ཞོན། །ལྷུང་མགྲོགས་  
རྒྱུད་གི་ཞགས་བ་ཐོགས། །ཐོག་ཚོད་འབར་བའི་སྐ་ཞིག་བཏད། །དབུ་ཆོགས་  
སྐ་མོའི་སྒྲ་ཞིག་བསྐྱོན། །རྒྱལ་གསུམ་གོང་འེན་མི་ཡིན། །དམག་གི་བྱི་

ལམ་གཙང་དང་གཅིག་མཛང་ལ་ཕྱིན་མེད་དང་གཉིས། །འབྲུག་པའི་གཡུལ་  
སོ་ཐོབ་དང་གསུམ། །སྒྲིང་འི་དར་སོ་ཐོབ་དང་ལྷ། །གང་ན་ཆོག་སེམས་མོ་མདུང་  
འདི་ལ་བྱེད། །སྒྲོན་པའི་རྒྱལ་ཡུལ་སྒྲོ་ཅར་སྒྲེབ་ས། །བྱ་རྒྱལ་ཁྱུང་གི་གཤེགས་  
ཤུལ་ལ། །རྒྱལ་གྱི་ཐིལ་པ་མི་རིག་གོ། ॥

ལར་བཅུ་གསུམ་སྟེང་གི་དྲལ་དཀར་འདི། །དམག་ཆེན་ཆོག་སེམས་པའི་དུས་དང་  
གཅིག་མཛང་གཙང་དང་པའི་དུས་དང་གཉིས། །ལྷ་ཁང་གསེར་འབྲུ་བཅུ་ག་  
དང་གསུམ། །རྒྱལ་པོས་གང་ན་ས་ཁོན་དང་བཞི། །ཡ་རབ་རྒྱས་བྱ་འདེབ་  
དང་ལྷ། །གང་ལ་བབ་ཀྱང་གཡོན་ཆོག་ཡིན། །སུམ་ཅུ་གྲུབ་པའི་ལྷ་གནས་  
སྟ། །ལྷ་དབང་པོ་ལྷ་འཛིགས་མེད་ཀྱིས། །ཕྱག་ཆགསེར་གྱི་ཕུར་བ་ཡིས། །  
ལྷ་མིན་གཡུལ་དོ་ཕུར་དུ་བསྒྲོག་ །ཉི་མ་ཉིན་གཅིག་ནག་པ་ཡོད། །བཀྲ་ཤོན་  
བཀྲ་བསྐྱར་བྱེད་ཉིན་ནག་ །དགུང་གཡུ་འབྲུག་སྒྲོན་མེའི་ཆེ་ཆད་རྩོགས། །  
པོ་དུར་འདེབ་པའི་ཉིན་བར་ནག་ །པོ་སྒྲིང་པའི་རྒྱལ་པོའི་སྒྲོ་ཉེས་ཡིན། །  
བན་སྒྲོམ་མེད་ལ་ཁར་ཕྱིན་ཉིན་ནག་ །བཅུན་མགོ་མ་རལ་གྱུ་བ་ཡིན། །ཏ་  
ཅང་ཕྱག་པོའི་མོ་ལ་ནག་ །ཤ་རུ་ལག་རྒྱས་ན་འཕྲོག་འདོད་ཡིན། །ཆེས་ཐལ་  
ཆེབས་ཁྱོགས་པར་དཀའ། ॥

ཡང་ཁ་ལེ་བྲ་བཤད་བཅུ་གསུམ་ནི། །གཞི་མ་བཟུང་ཉིན་གཅིག་ལ་བྲ། །གཞི་  
མའི་སྐྱུ་མཁར་རྩྭ་གསལ་བ་ཡིན། །བྲན་གཡོག་བསྐྱར་ཉིན་གཉིས་ལ་བྲ། །བྲན་  
མགོ་རྩེ་ཡིས་ཁོན་བ་ཡིན། །མྱང་སེལ་བྱེད་ཉིན་གསུམ་ལ་བྲ། །རྒྱུང་གསུམ་

འཕེལ་ཁ་རྒྱས་པ་ཡིན། །ལུག་ཕྱ་འདེབས་ཉིན་བཞི་ལ་ཁ། །ཀ་བ་ལྟ་རོ་ལུག་གི་གཡང་། །རབས་ཆད་སྒྲོར་ཉིན་ལྔ་ལ་ཁ། །ཟེལ་མོ་འབྲི་ཕྱར་དུག་ལ་ཁ། །ཟེལ་མོའི་གཡང་ཞག་འབྲིལ་བ་ཡིན། །པ་སྒྲུབ་སྒྲོར་ཕྱ་བདུན་ལ་ཁ། །མདོ་བ་རྟ་མཁར་ཚུགས་པ་ཡིན། །གོ་ཁབ་བསགས་ཉིན་བརྒྱད་ལ་ཁ། །གོ་བས་གོ་གསར་བྱེད་རོ་ཡིན། །པོན་གསས་མཁར་བཞེངས་ན་དགུ་ལ་ཁ། །གསས་མཁར་དབང་རུ་རྒྱས་པ་ཡིན། །མ་ཕྱིའི་རྩར་ཕྱར་བཅུ་ལ་ཁ། །རྩར་གྱི་ས་བོན་ཡག་པ་ཡིན། །དམག་ཆེན་ཆ་ཉིན་བཅུ་གཅིག་ཁ། །ཞ་བ་རྟོར་དམར་བྱེད་ཉིན་བཅུ་གཉིས་ཁ། །སྤྱ་བ་ཐོག་ཚོལ་བཅུ་གསུམ་ཁ། །སྤྱག་གི་ཁུ་རུ་ཐོག་པ་ཡིན། །ལར་བཅུ་གསུམ་སྟེང་གི་དལ་དཀར་འདི། །དམག་ཆེན་བཀྱག་དང་གངས་ཆེན་འབབ། །ཁྱར་ཆེན་ལུབ་དང་ཚུ་ཆེན་འབྱུབ། །དེ་སོགས་ཆེས་ཐལ་ཅན་གྱི་མོ། །སྤྱག་པར་གདོན་ཕྱ་བརྒྱད་ལ་བབ། །པེ་རྩར་རྒྱལ་པོའི་སྤྱ་རི་ཡིན། །བན་བོན་གསས་མཁར་ལྟ་ཁང་གི་རྩམ་དང་ཆ་ཆོ་འོད་ཅན་དང་། །སྤྱག་གཟིག་ཐིག་ཐུན་རི་མོ་ཅན། །དེ་སོགས་རྩམ་འབྲང་རྒྱལ་པོ་གདོན། །སྤྱིར་དེད་དེད་ཁ་ལེ་དཀར་པོ་འདི། །བརྒྱད་དང་བཅུ་གཅིག་གར་བབ་ཀྱང་། །བྱང་ཐང་པོ་ཆེལ་མེ་ཏོག་འབྱུངས། །སྤོང་མཚར་མོ་བྱ་དང་ཐང་པ་ཡིན། །བཞོག་རྣམ་གསུམ་གར་བབ་ཀྱང་། །མི་རབས་རེ་ལ་རྒྱལ་རྒྱུད་རེ། །ཁྱེད་དཔ་ཐོགས་སྟེབ་ཡིན། །མིང་ཡང་ལྟ་ཁམས་རྒྱལ་དུ་ཐོགས། །དམག་རྩག་གཉིས་ལ་སྟོད་དུ་གཅིས། །དམག་འབུམ་ཚོ་ཆང་བའི་རྩེ་ལྷུ་ཡིན། །



ཆབ་ཆེན་ནད་པའི་མོ་ལ་ནི། རྟོད་དུ་མཐོ་སར་བབ་ན་ངན། ལྷང་ཆེན་རྩ་  
ལ་དུས་གངས་ཆང་། ཅིས་ཀྱང་མི་ཕན་འཆི་ངོ་ཡིན། བྱིས་ར་དག་ངོ་གི་ངོ་  
ཡིན། བོན་བྱ་རུ་ཅན་གྱིས་གི་འདུལ་བྱ། འཕལ་དཀར་ལྷ་གཡམ་དཀར་པོ་  
ཟེར། ལྷ་གཡམ་ཡིན་དང་མ་ཡིན་དེ། ལམ་གོ་ལ་རུ་ཐུར་མི་ཆང་ལྷོས། ལམ་  
དུ་རུ་སོད་ཁ་ལེན། ལམ་གོ་ལ་རུ་ཐུར་ཆང་བ་ཡིན། ཅི་བཏྲ་བ་ཅི་ལ་བཟང་  
བ་ཡིན། བརྩེས་ན་ངེ་བཏྲ་བ་ཅི་ལ་ངན། དེ་བཞིན་གཞན་མ་ལྷ་ལ་འང་། །  
རང་ལན་བབ་བཟང་བརྩེས་ན་ངན། ཡང་གཅིག་བཞི་ཡི་འཕལ་དཀར་འདི། །  
ཐུད་མེད་གཅིག་གི་མོ་ལ་ངན། མིང་འག་པ་རེ་བའི་ནད་དུ་བསོགས། བེའུ་  
གཅིག་ཐུར་གཅིག་བཏྲ་གས་པའི་མོ། ཡུགས་གྱི་མིང་སྐབ་ཆང་བ་ཡིན། །  
གཅིག་གི་འཕལ་དཀར་བཅུ་གཅིག་ལ། དཀར་ཐོག་གཡུང་དུང་བབ་བ་ན། །  
འབས་དུག་ལོ་ཐོག་སྒྱེས་བ་ཡིན། གསུམ་གྱི་ཁ་ལེ་བཞི་དཀར་ཐོག་ཁུང་  
ཁུང་འཕེལ་ཁ་ཡག་བ་ཡིན། བདུན་ལ་ཁ་ལེ་བཁྱེད་དཀར་ཐོག་འབྲིང་  
ཁུང་འཕེལ་ཁ་ཡག་བ་ཡིན། བཅུ་དང་བཅུ་གཅིག་དེ་འདྲན། ཆེ་ཁུང་འཕེལ་  
ཁ་ཡག་བ་ཡིན། གཅིག་གི་དཀར་ཐོག་བཅུ་གཅིག་གི་འཕལ་དཀར་བབ་ན་  
མཆོ་ཆེན་མུ། ཀོ་མོག་ཆབས་སུ་སོང་བ་ཡིན། གསུམ་བཞི་གོང་ལས་གོ་  
བསྐྱོག་ན། ཁུང་གསུམ་ཐོག་གི་བང་ར་ཚུགས། བདུན་བཁྱེད་གོང་ལས་  
བརྩེས་བ་ན། འབྲིང་ཁུང་ཐོག་གི་བང་ར་ཚུགས། བཅུ་དང་བཅུ་གཅིག་  
གོ་བསྐྱོག་ན། ཆེ་ཁུང་ཐོག་གི་བང་ར་ཚུགས། གསུམ་གྱི་འཕལ་དཀར་བཞི་

མུང་རལ། ཁྱུང་རྒྱུད་ཐོག་གི་བང་ར་ཞིག །བདུན་བརྒྱུད་གཉིས་ལ་དེ་ལྟར་  
བབ། །འབྲིང་རྒྱུད་ཐོག་གི་བང་ར་ཞིག །བརྩ་དང་བརྩ་གཅིག་དེ་འདྲ་ན། །  
ཆེ་རྒྱུད་ལྷགས་ཀྱི་ར་བ་ཞིག །གཞོད་སྦྱིན་སྦྱས་ནག་བྱོལ་ནག་གདོན། །ཁྱི་  
ནང་གཉིས་ཀྱང་དེ་དང་འདྲ། །གསུམ་གྱི་དྲལ་དཀར་བཞི་ལི་ཡན། ཁྱུང་  
རྒྱུད་ལྷགས་སྐམ་བ་ཡིན། །བདུན་བརྒྱུད་གཉིས་ལ་འབྲིང་རྒྱུད་དང་། །བརྩ་  
དང་བརྩ་གཅིག་དེ་ལྟར་ན། ཆེ་རྒྱུད་ལྷགས་སྐམ་བ་ཡིན། །ཁྱི་ནང་གཉིས་  
ཀྱང་དེ་དང་འདྲ། །གདོན་ནི་ལྷག་འདྲེ་བསེ་རགས་གདོན། །བསེ་རག་བཀར་  
ཞིང་ལྷག་སེལ་བྱ། །གསུམ་གྱི་དྲལ་དཀར་བཞི་རྩ་ཙུ་ཙུ། ཁྱུང་རྒྱུད་ལྷགས་ཀྱི་  
ར་བ་དེ། །སློང་མར་ཁྲག་གིས་གང་བ་ཡིན། །བདུན་བརྒྱུད་དག་ལ་འབྲིང་རྒྱུད་  
དང་། །བརྩ་དང་བརྩ་གཅིག་ཆེ་རྒྱུད་ཀྱི། །ལྷགས་ར་སློང་ཁྲག་གང་དེ་ཡིན། །ཁྱི་  
ནང་གཉིས་པོ་དེ་དང་མཚུངས། །གཅིག་གི་དྲལ་དཀར་གཉིས་སེ་རྩོད། །དྲ་མ་  
སྦྱིན་ལ་ཡག་བ་ཡིན། །མཚར་དཔེ་རྒྱ་ནག་ལྷལ་ལ་ཁྱེད། །བཞི་ལྷ་དྲ་མ་འཇང་  
ལ་ཡག །གཏམ་དཔེ་ཐིལ་མོ་ཉོར་ལ་བཞག །བརྒྱུད་དགུ་དྲ་མ་སློང་ལ་ཡག །  
ཁ་མཚར་བོད་ལྷལ་མཐིལ་དུ་སྒྲིང་། །བརྩ་གཅིག་བརྩ་གཉིས་དེ་འདྲ་ན། །  
དྲ་མ་ངམ་ལ་ཡག་བ་ཡིས། །མཚར་ཁ་ཁྱི་རབས་སུ་ལ་བཞག །ཡང་གཅིག་  
གི་དྲལ་དཀར་གཉིས་ན་འབན། །དྲ་མ་གར་ནས་ཡག་བ་ཡིན། །བཞི་དང་  
ལྷ་ལ་རྩོད་ནས་ཡག །བརྒྱུད་དགུ་རྩུབ་དང་བརྩ་གཅིག་དང་། །བརྩ་གཉིས་དྲ་  
མ་བྱང་ནས་ཡག །གཅིག་གི་དྲལ་དཀར་གཉིས་མུང་རལ། །སྤང་བའི་དྲ་

མ་སྐྱེ་ལ་ཡམ། །དེ་བཞིན་བཞི་ལ་བརྒྱད་དགྲ་དང་། །བརྒྱུ་ཅིག་བརྒྱུ་གཉིས་  
 དག་གྲང་རོ། །ཞིབ་ཏུ་རྒྱས་སྒྲོས་དཔག་མེད་གྲང་། །མདོར་བསྐྱས་ཉུང་ཏུ་  
 ཅོམ་ཞིག་གོ། །གཉིས་པ་འདི་ལ་བརྒྱུ་སོང་ན། །ཁང་ཁོང་སྐྱུ་པ་ས་  
 མཚན་བདག་ས་པ། །འབྲུང་བ་ལྷག་ས་གྱི་ཐོ་ཆེན་ཟེར། །ཁང་ཁོང་བར་པ་ས་  
 མིང་བདག་ས་པ། །དིང་དིང་སྐྱུ་མོ་གསེར་ཐིག་བྱ། །ཁང་ཁོང་སྒྲོ་བ་ས་མིང་  
 བདག་ས་པ། །དིང་དིང་ཕ་གཏུག་གོང་རྒྱལ་ཡིན། །ཡང་དག་ག་ཤེན་གྱི་མཚན་  
 གསོལ་བ། །ལྷག་ས་ཁ་སྒོན་མོ་དག་འདུལ་ཡིན། །སྐྱུ་དང་གང་གི་རིང་ལ་  
 བབས། །བྱ་ཡི་བྱ་ཡུལ་གསེར་གོང་ནས། །སྐྱུ་ཆག་འལ་འལ་རིང་ལ་བབ། །  
 ལྷག་ས་ཁ་གནམ་གྱི་ཐོ་ལྷ་ཡིན། །སྐྱུ་དུག་ནང་གི་བཅན་པོ་ཡིན། །ལྷག་ས་  
 ཁ་འབྲུག་གི་ར་རོ་ཡིན། །ལྷག་ས་ཁ་འབྲུང་བའི་ཁ་འོད་ཡིན། །ལྷག་ས་ཁ་  
 ཆོས་གྱི་འཁོར་ལོ་ཡིན། །ལྷག་ས་ཁ་དུང་མེད་ཁོས་པ་ཡིན། །ལྷག་ས་ཁ་སྤང་  
 ཆེན་སྒྲོན་པ་ཡིན། །བྱ་དེ་པོའི་པ་ཆེ་འཛིན་མི་ཡིན། །དག་ལ་གོང་བ་ལེན་  
 མི་ཡིན། །སྒྲིང་ནག་གཏིང་ནག་ལེན་མི་ཡིན། །མོ་མ་ཁྱོད་གྱིས་དབྱེད་ཤེས་  
 ན། །ལྷག་ས་ཁ་ར་ལ་དབྱེད་དུག་ཡོད། །གོང་ཨ་སུ་ཡོད་པ་སྒྲིན་པ་ཡིན། །  
 འོག་ལུ་བོ་ཡོད་པ་སྐྱུ་པ་ཡིན། །ད་སྐྱུ་སྒྲིད་རྒྱུ་གྱི་ལུ་སྒྲིད་ཡིན། །ངས་སུ་  
 བོ་ཡར་ལ་དེད་དེད་ནས། །གངས་དཀར་རི་གསུམ་རྩེ་ལ་བཞག། །ལུ་བོ་མར་  
 ལ་དེད་དེད་ནས། །རྒྱ་ནག་པོའི་ཁ་གཞོན་བྱས་ནས་བཞག། །གོང་སུ་བོ་དུལ་  
 དཀར་གཤལ་མགོར་བཞག། །འོག་ལུ་བོ་བྱ་ཤིང་མཛོད་པར་བྱས། །མིང་མོ་ལུ་

མཁར་གནས་སུ་བཏང་མི་ཡིན། གཤམ་སྐྱེར་བས་སུ་བ་མི་ཡིན། གཤོན་  
སྐྱེར་ཅོག་ཅེར་འཛོག་མི་ཡིན། འབ་ཞོབ་གདན་དུ་བཏིང་མི་ཡིན། ཡོད་  
ལུང་ར་གསུམ་འདུག་ཡུལ་ཡིན། མེད་ལུང་ར་གསུམ་བརྩད་དེ་ཐོབ། དཔལ་  
པོའི་ཡ་ཐོད་པལ་མི་ཡིན། སྤར་མའི་གཉའ་ཐག་གཅོད་མི་ཡིན། ཁྱོན་པོའི་  
སོ་ཁ་འགྲིམ་མི་ཡིན། བཅོན་པོའི་མཁར་གྱི་རྩོད་རྩོད་ཡིན། མོ་མ་ཁྱོད་ཀྱིས་  
དབྱུང་ཤེས་ན། ལྷགས་ཁྲ་ང་ལ་རྩོད་དུག་ཡོད། ལུ་གངས་དཀར་ཅེ་མོ་  
བརྩོད་ཀྱི་རྩོད། བར་གཅོང་ཆབ་སྒོན་མོ་བཅོན་གྱི་རྩོད། འོག་ཤིང་ཆེན་  
སྒོར་པོ་ལྷག་གི་རྩོད། གཤམ་ཞ་མཁར་གསུ་ཅེ་དཔལ་གྱི་རྩོད། གཤོན་  
སྤོབ་མཁར་དུ་བྲག་ཁོ་རྩོད་རྩོད། མདའ་རྒྱ་ཡེར་སྤོན་པོ་ཤི་ཡི་རྩོད། ལྷགས་ཁྲ་  
ཁྲ་ལ་བས་དུག་ཡོད། མེ་སྟོད་ཁྲག་གི་རྒྱལ་པ་གཅིག་མ་བེ་ག་སྐྱེ་མདའ་  
ཁྲར་གཉིས། རུ་སྟོད་བདུད་ཀྱི་སྟོ་བ་གསུམ། ཆོལ་ཆེ་ཆེལ་གྱི་ཐུམ་པོ་བཞི། མོ་  
ཡོན་ཐུན་པ་ཁ་ནག་ལ། སྐྱམ་ནག་ཆང་གི་གོད་བུ་དུག ལྷགས་ཁྲ་སྟོན་  
པོའི་བས་དུག་ཡིན། རུ་པོད་རང་ཆང་གི་རྐྱེས་ཡིན། དག་ལ་སྤྲེ་པལ་བྱེད་  
མི་ཡིན། ཟུན་ལ་དཔལ་བསྐྱེད་བྱེད་མི་ཡིན། ལུག་ལོ་བ་ཡི་ལོ་ལྟ་ཡིན། ལྷགས་ཁྲ་  
ཞང་ལྟ་གཉེན་པོ་ཡིན། ལྟ་ཡི་ནང་གི་ཡང་ལྟ་ཡིན། ལྷགས་ཁྲ་  
མི་ཡི་སྐྱེ་འཕེལ་ཡིན། ལྷགས་ཁྲ་ནོར་གྱི་གསེར་ཅེ་ཡིན། ཞ་སྟོན་དགུང་  
གི་བཀར་ཤིང་ཡིན། རྟོག་མོ་ས་ཡི་དྲིལ་སྟོང་ཡིན། ཉི་ཟླ་གཉིས་ཀྱི་དུམ་

ལུ་ཡིན། །རྒྱ་མཚོ་བསྐྱབ་པའི་མར་གསར་ཡིན། །ལྷགས་ཁྲ་འཛམ་གླིང་བཞི་  
 རི་ཡིན། །བཙན་ཁ་རི་ལ་གསོལ་མི་ཡིན། །རང་སའི་བཙན་ས་གར་བབ་  
 གྲང་། །རྒྱ་སྟག་དག་ལ་རྒྱུ་པ་ཡིན། །ཤར་ཕྱོགས་དྲུང་མཁར་དཀར་པོ་  
 དང་། །ལྷོ་ཕྱོགས་གསེར་མཁར་སེར་པོ་དང་། །རྩུབ་ཕྱོགས་ཟངས་མཁར་  
 དམར་པོ་དང་། །བྱང་ཕྱོགས་གཡུ་མཁར་སྟོན་པོ་དེ། །ལྷགས་ཁྲ་དེད་གྱི་  
 དབའ་མཁར་ཡིན། །མཁར་རྫོང་ཐོག་གིས་མི་བཞིག་པའི། །ལྷགས་ཁྲའི་  
 དབལ་གྱི་ལྷ་བརྒྱད་ཡོད། །ལྷགས་ཁྲ་མི་ཐེག་ལྷ་དག་ཡིན། །ཁྱི་སར་བབ་  
 བ་འཛིགས་ངོ་ཆེ། །ལྷགས་ཁྲས་མི་ཐུབ་མ་མཆིས་ཏེ། །ཁྱི་རྒན་ལྷགས་ཁྲས་  
 མི་ཐུབ་པོ། །ལན་དུ་མུང་བར་བྱ་རལ་ཡིན། །དགྲུང་སྟོན་ཁད་དུ་ཆགས་པ་  
 ལ། །ལྷོ་ཕྱོགས་ཐོར་ཙམ་ཞིག་ཁོལ་དུ་ཡར། །ཁྱི་རྒན་འབྲམས་པོའི་སྤར་ལྷག་  
 གྱིས། །ལྷགས་ཁྲ་དྲུང་སེང་ཁྲོས་པ་བསྐྱེལ། །པ་ཆེན་ཡ་རབས་མོ་ལ་ངན། །  
 སྟེ་ཆེན་གཅིག་ལ་གྲོད་སྒྲ་གསུམ། །འབུམ་འདོན་སྒྲུ་མར་མེ་བྱ། །ལྷགས་  
 ཁྲ་རྒྱ་སྟག་དམར་པོ་ཟེར། །འཛམ་དྲུག་ཚང་ན་རྒྱ་སྟག་ཡིན། །ལན་དུ་ཨ་  
 ཁད་ཅེ་མན། །རྒྱ་སྟག་འཛམ་དྲུག་ཚང་བ་ཡིན། །འདི་གཅིག་གི་སྟེང་དེར་བབ་  
 པ་ན། །དམག་ཆེན་ཆས་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །དག་བདུལ་གནང་ནོར་ལོན་པ་  
 ཡིན། །གཉིས་ལ་ཤར་ཕྱོགས་རྒྱ་ཡུལ་འབྲུགས་པ་ལང་། །དག་གྱི་རི་སྤྱང་  
 མདུར་རྒྱག་བྱེད། །གསུམ་ལ་ཤར་ཕྱོགས་དྲུང་མཁར་ལ། །ལྷགས་ཁྲ་ལ་ཉེ་  
 ཡག་པ་ཡིན། །བྱ་རྒྱ་རྒྱུང་གསུམ་མོ་ལ་བཟང་། །བཞི་ལྷ་ཡི་དྲ་མ་སྟོན་ལ་

ཡག །མགོ་དར་འཕྱ་ལྷེམས་སེང་མ་ཡག །ལུས་བྱབ་དཀར་མི་ལེང་མ་  
 ཡག །གཡང་གི་ར་བ་གང་བ་ཡིན། །ལྷ་ལྷ་སྒྲིན་འབྱུགས་པའི་གཞི་མ་ཡིན། །  
 དག་ཡོབ་ཆེན་འཕར་བ་ལྷོ་ནས་ལྷང་། །མིག་བྱག་ཐོར་ཅམ་གྱིས་སྤང་མིག་  
 བལྟ། །བྱག་མ་གཅིག་བྱ་གཅིག་མོ་ལ་བཟང་། །བྱ་སྒྲག་དམར་འདྲ་བ་ཆར་  
 འོ་ཡིན། །བདུན་པ་སྒྲུན་སྒྲག་རུས་བརྒྱིག་ཉིན་བཟང་། །པ་ཆོ་སྒྲག་ལས་ངར་  
 བའི་རོ། །ཁོ་སྒྲོ་འགྲུབ་པའི་གང་སྒྲུན་ཡིན། །བརྒྱད་དྲ་མའི་དཔའ་མཁར་  
 ཟེན་པའི་རོ། །ལྷ་སྤྱང་མའི་རོ་སོ་དགྲུང་བས་མཐོ། །དགྲུ་གཉིན་སྤང་འབྱུགས་  
 པའི་གཞི་མ་ཡིན། །ཉི་མ་རུབ་གྱི་དག་རོ་ཡིན། །བརྩ་ཡས་བདུད་མི་འབེབ་  
 རིའུ་ཡིན། །ཡར་གྱི་གནམ་སྒོ་བཅད་ཉིན་བཟང་། །གནོད་བྱེད་ཡས་གྱིས་ཀོན་  
 པ་ཡིན། །བརྩ་གཅིག་དག་སྤའི་སོ་སྤྱང་ཚུགས། །ལྷགས་སྤྱང་དག་ལ་ཆས་  
 པ་ཡིན། །རྒྱ་ཆེན་སྤྱང་བའི་མོ་ལ་བཟང་། །བརྩ་གཉིས་ཡེ་དམར་འབྱུགས་  
 གཞི་ཡིན། །ཉི་མ་བྱང་གི་དག་རོ་ཡིན། །བྱུང་པར་དེ་ཡི་བརྩ་གསུམ་ལ། །སྒོ་  
 བར་ལག་བཤལ་བབ་བན། །ཁྲི་ཆོའི་དམག་དེ་བྱེད་རལ་འོང། །བརྩ་གསུམ་  
 སྤང་གི་ལྷགས་བྱ་འདི། །རྒྱལ་སྤྱི་མེད་འོད་འབར་ཡིན། །བརྒྱད་ཅུ་དམག་  
 གི་སྤེར་མ་ཡིན། །བརྒྱད་ཅུ་མན་ཆད་མོ་ལ་བཟང་། །མ་གཉིས་བྱ་གཉིས་  
 མོ་ལ་བཟང་། །བྱ་གཉིས་འབྲོང་རུག་ཡས་གཡོན་གཤིབ། །ལུང་པ་ར་གཉིས་  
 སོ་སོར་འདྲིན། །གཞི་འོག་གཙོ་བོའི་མོ་ལ་བཟང་། །འབུམ་ལ་ཁ་ཐིག་རྒྱགས་  
 ཉིན་བཟང་། །ལྷ་ཁང་གསེར་འཕྱ་བརྩུགས་ཉིན་བཟང་། །

5 5

བརྩ་དང་བརྩ་གཅིག་དེ་འདྲ་ན། །ཆེ་རྒྱུད་གསེར་ཟོ་ཆུ་ཡིས་ཁྱེད། །གཅིག་གི་ལྷགས་ཁྱེད་བརྩ་གཅིག་ལ། །སྒྱུ་ཆན་སྤང་མ་བབ་བ་ན། །ཁྱིམ་སྤང་རེ་ལོག་བཀལ་བ་ཡིན། །ཆུ་སྒྲིན་ནག་མོ་སྤྲོད་མདོས་བྱ། །གཅིག་གི་ལྷགས་ཁྱེད་བརྩ་གསུམ་ལ། །སྒྱུ་ཆན་སྤང་མ་བབ་བ་ན། །རི་བོ་ཁང་ཁྱིམ་དེ་བ་ཡིན། །གཅིག་གི་སྒྱུ་ཆན་བརྩ་གཅིག་ལྷགས་ཁྱེད་ན། །ཡོད་ཀྱི་ཀ་བ་རྒྱུགས་བ་ཡིན། །འོན་ཀྱང་སྤོན་ཆད་འཕྱི་སྤོན་མོད། །རྗེས་སུ་གཡང་ཉམས་ཞོར་སྐབ་ཐང་། །གསུམ་གྱི་སྒྱུ་ཆན་བཞིའི་ལྷགས་ཁྱེད། །རྒྱུད་རྒྱུད་དུ་སྒྲིམ་སྤང་དོ། །ལོ་བཞི་ཚུན་ཆད་རྗེ་འཕྱུག་ན། །དེ་བཞིན་བདུན་བརྒྱུད་འཕྱིར་རྒྱུད་དང་། །བརྩ་དང་བརྩ་གཅིག་ཆེ་རྒྱུད་ལའོ། །གཅིག་གི་ལྷགས་ཁྱེད་གཉིས་སེ་སྤོད། །ལྷགས་ཁྱེད་ཕྱི་སྤོད་ཁྱེད་ལ་ལུབ། །དག་ཐུབ་ཞོར་ལེན་གདོན་ལས་རྒྱལ། །དེ་བཞིན་ཕྱི་ནང་གཞན་ལ་སྒྱུར། །རང་སའི་དབང་བོའི་གཞན་གྱི་སར། །ཟུག་ཟུག་འདི་བཞིན་གཞན་ལ་འདྲ་སྒྱུར། །གཅིག་གི་ལྷགས་ཁྱེད་གཉིས་རྒྱ་སྒྲོ། །ལྷགས་ཁྱེད་དྲ་མ་ངམ་ལ་ཡག་རྗེས་མཁར་ཅེ་ནས་བབ་བ་ཡིན། །ལྷ་དགུ་སོགས་ཀྱང་དེ་དང་འདྲ། །གཅིག་གི་ལྷགས་ཁྱེད་གཉིས་ན་འབན། །ཡེ་ཡེ་དྲ་མ་ཆས་བ་དེས། །རམ་ཞོར་བང་ར་ཞིག་བ་ཡིན། །སྤྲ་མ་རྒྱལ་བའི་གོ་ང་ཟེན། །ལྷ་དགུ་ལ་སོགས་དེ་ཡིས་འགྲོ། །གཅིག་གི་ལྷགས་ཁྱེད་གཉིས་གྱི་ནི། །གཞན་ས་བྱ་རལ་བབ་བ་ན། །དྲ་མ་ཆས་བ་ཞོར་གྱིས་འཆོང་། །ལྷག་མ་གསུམ་ཀྱང་དེ་དང་འདྲ། །རྒྱས་བར་གྱིན་ཏུ་མང་མཆིས་ཀྱང་། །གལ་ཆེན་



ཐོར་བུ་ཙམ་ཞིག་བཀོད། ༄༄༅། གསུམ་པ་དེ་ལ་བརྒྱུག་སོང་ན། ༄༄༅། བྱུང་ཕྱག་  
 པའི་ལྟ་རྒྱུ་མཁས་ཀྱིས། ༄༄༅། འོ་ལ་དུད་སྒྲིན་ཉི་བརྒྱུག་ཟེར། ༄༄༅། འོང་བར་  
 པའི་མི་རྒྱུ་མཁས་ཀྱིས། ༄༄༅། བྱུང་ཕྱག་མཁས་ཀྱི་གཤོག་པ་ཅན། ༄༄༅། འོང་སྒྲོ་པའི་  
 མི་རྒྱུ་མཁས་ཀྱིས། ༄༄༅། བྱུང་གི་བྱ་བྱུང་གསེར་འདབས་སམ། ༄༄༅། རྩི་འོད་རར་རར་  
 མེར་པོ་བརྒྱུག ༄༄༅། དག་གཤེན་གྱིས་མིང་བཏགས་པ། ༄༄༅། དིང་དིང་བྱ་བྱུང་  
 ཀེ་རུ་ཟེར། ༄༄༅། གཡས་ནས་འཁོར་ན་དུང་བྱུང་ཡིན། ༄༄༅། གཡོན་ནས་འཁོར་  
 ན་སོལ་བྱ་ཡིན། ༄༄༅། སྒྲོ་བར་དོག་ན་མཆིལ་བ་ཡིན། ༄༄༅། ལར་དུང་བྱུང་ཡིད་བཞིན་  
 འོར་བུ་འདི། ༄༄༅། འབྱུང་བ་ལྟ་ཡི་དངས་མ་ཡིན། ༄༄༅། མ་པམ་རྒྱལ་མོའི་ལྟ་བ་ཡིན། ༄༄༅།  
 ཐང་ཆེན་གསུམ་གྱི་གོང་ང་ཡིན། ༄༄༅། ཤིང་རིགས་རྒྱུ་ཕྱི་མོ་ཡིན། ༄༄༅། སྒྲོ་བར་  
 རི་རབ་གཞི་མ་ཡིན། ༄༄༅། དབུས་ཀྱི་རི་པོ་མཆོག་རབ་ཡིན། ༄༄༅། ལ་སྒྲོན་གནམ་  
 གྱི་ཀ་བ་ཡིན། ༄༄༅། ལ་ཁི་འབྱུང་བཞིའི་ས་པོན་ཡིན། ༄༄༅། མ་ཁི་པ་རབ་རུལ་དང་  
 བལ། ༄༄༅། ལ་ཁི་དིང་དིང་བྱ་ཤིང་ཡིན། ༄༄༅། སྒྲོང་ཉིད་རྒྱུ་དག་གྱུར་བྱིས་ནས། ༄༄༅།  
 ཡེ་ཤེས་བྱ་བྱུང་རང་གྱུ་བ་ཡིན། ༄༄༅། བྱུང་བྱུང་དཀར་པོ་དུང་ཐིག་ཅན། ༄༄༅། བྱ་ལ་  
 གཤོག་དུག་རྒྱས་པ་ཡིན། ༄༄༅། གཤོག་དུག་དབྱུང་ལ་བུ་རུ་བྱ། ༄༄༅། རྩེར་དུག་ས་ལ་  
 བྱ་ལ་ལ། ༄༄༅། རྩེད་རིགས་འདམ་ནས་འདྲེན་པའི་ཚུལ། ༄༄༅། སྒྲོན་དབག་བསམ་  
 ཤིང་ཆེན་རྒྱས་པ་ལ། ༄༄༅། ཤིང་ལོ་ཏྲག་འབྲས་བུ་སྒྲིན་པའི་རུས། ༄༄༅། སྒྲོ་བྱུང་  
 བྱུང་དཀར་པོ་འདི། ༄༄༅། ཤིང་སྒྲོན་པ་དེ་ཡི་ཕྱི་ལ་བབ། ༄༄༅། བྱ་ཤིང་ཟེར་དོན་དེ་  
 བས་བྱུང་། ༄༄༅། རྩེད་པོ་གཉིས་ལ་གྲོས་མི་འདྲི། ༄༄༅། འོག་རུ་པོ་གཉིས་ལ་གསུང་

མི་ཚོལ། །རྒྱ་ཡེར་བྲག་ལ་ལས་མི་འཚོལ། །ནལ་ནོབ་ཡུལ་གྱི་གདན་མི་  
 གློང་། །དིང་དིང་རིགས་ལ་ཟས་མི་ཚོལ། །ལྷགས་རིགས་མཚོན་ལ་ངར་མི་  
 གློང་། །པོ་ལྷ་བྱ་ཤིང་དཀར་པོ་རང་། །དུང་ལྷུང་མེ་དོག་བརྒྱག་ཀྱང་བྱ། །ལྷུང་  
 ལ་ཡིད་བཞིན་བརྒྱག་ཀྱང་བྱ། །བརྒྱག་ཁ་ལྷ་ལོར་བརྒྱད་ཅུ་དེ། །མོ་མདུད་  
 བ་འདི་ལ་ཆང་བ་ཡིན། །ཁྲུ་ས་བདག་གཉིས་ཀྱི་དབུགས་ཀྱང་འབྱིན། །འདི་  
 རྟེན་མིག་སྒོག་གསུམ་གར་བབ་ཀྱང་། །མི་གངས་འཕེལ་ལ་མི་འབྱུ་བཟང་། །  
 ལྷུང་གི་ལྷག་གུ་ཆར་ངོ་ཡིན། །བ་ཁོག་རྣམ་གསུམ་གར་བབ་ཀྱང་། །མི་ནོར་  
 གཉིས་ཀ་དུས་གཅིག་འཕེལ། །ཕྱི་ས་གཡུལ་བཞི་གར་བབ་ཀྱང་། །སྤྱིད་པ་  
 ཡེ་སྒྲོན་རྒྱལ་པོ་ལ། །དམ་གྱི་དམག་ཚོགས་དག་ཅུ་ལྟར་། །དག་ཚོས་དང་  
 བེ་དག་མཉན་བྱ། །དིང་དིང་བྱ་ལྷུང་ཀེ་ཅུ་འདི། །མགོ་ནོར་བུ་ཡིད་ན་བྱ་ལྷུང་  
 ཡིན། །ལན་དུ་བྱ་རལ་རིན་ཆེན་ན། །བྱ་ལྷུང་མགོ་ལ་ནོར་བུ་ཆང་། །གཅིག་  
 གི་སྟེང་དེར་བབ་པ་ན། །བུ་རྒྱུད་སྒོག་ལྷ་འདེབས་ཉིན་བཟང་། །ས་འོག་ལྷུང་  
 ལོ་འབྱུངས་པ་ཡིན། །ཁ་ཚོད་བུ་ཆར་ལ་ཅན་གྱིས། །གོ་མཐའ་འཁོར་བ་མི་  
 འཆད་དོ། །གཉིས་ལ་གར་ཕྱོགས་དུང་རིན་ས། །དུང་སེང་དཀར་མོས་དག་  
 ངོ་ཡིན། །གསུམ་རྒྱ་གཉན་གཉིས་ཀྱི་གཡང་ཁ་ཡིན། །མི་ནོར་གཉིས་ཀྱི་  
 འཕེལ་ཁ་ཡིན། །བུ་སྟག་རལ་ཅན་གྱི་རྒྱན་མི་འཆད། །བཞི་གཡང་གི་བང་  
 བཞོར་གྱིས་གང་། །སྤྱིང་བྱི་རྒྱ་མིག་སྒྲོན་མོ་དེ། །ད་ལོ་ས་ཡི་འོག་ན་ཡོད། །  
 སང་ཡོད་རྒྱ་མིག་ས་ཁར་བུད། །གཞི་ཡོད་རྒྱ་མིག་གཞུང་དུག་རྒྱས། །མི་རབས་

བཞི་ལ་སྤྱི་འཕེལ་ངོ་། །ལུ་ལྟོ་ཕྱོགས་གཡུ་རི་སྒོན་པོ་ལ། །འབྲུག་སྒོན་པོ་  
 རུར་བའི་དགའ་ངོ་ཡིན། །དུག་ཕྱུ་ལྷ་མ་དབང་གི་ལྷ་ར་ལོ་འབྱུང་། །མོ་བཙུན་སྤྱི་  
 དང་སྒོག་ཕུར་བཟང་། །བདུན་མདོ་བ་རྟ་ཡི་མོ་ལ་བཟང་། །མི་རབས་བདུན་  
 ལ་རྟ་གཡང་འཕེལ། །པ་སྤྱན་སྒྲོར་ཕུ་འདེབས་ཉིན་བཟང་། །བརྒྱད་བན་  
 གསར་ཆོས་ལ་འཕྱག་ཉིན་བཟང་། །མགོ་ནག་མི་ཡི་གདན་ས་ཟིན། །སངས་  
 རྒྱུ་ཆོས་ཀྱི་ཕོ་ལྷ་དང་། །དགུ་བོན་པོས་ཁྱུང་ནག་སྤྱུང་ཉིན་བཟང་། །ཁུ་  
 ཟངས་རི་དམར་པོར་ཟངས་བྱ་ལྷིང་། །པོན་ཁྱུང་རུ་དགུང་བས་མཐོང་ཡིན། །  
 བཙུ་ཕོ་ལྷ་དུང་ཁྱུང་མཁའ་ལ་ལྷིང་། །སྒོ་གཤོག་སྤྱིར་རྒྱུ་བས་བར་སྤྱང་  
 ཞེས། །ཡར་གྱི་གནམ་སྒོ་བཅད་ཉིན་བཟང་། །བཙུ་གཅིག་དུང་ཁྱུང་ངམ་  
 ལ་ཆས། །རྒྱ་པ་རྟ་ལ་རྒྱག་ཉིན་བཟང་། །ཡོ་མོ་ཁྱུ་ནས་རྫོགས་ངོ་ཡིན། །  
 སྒོན་མོ་ལྷ་གས་ཁུན་ཐོབ་ངོ་ཡིན། །བརྒྱག་ཁ་གང་དུ་ཡོ་བའི་ཕྱོགས། །རྟ་དེའི་  
 ར་རྫོག་དེ་རུ་ཡོ། །དེ་མོ་མ་དེད་ལ་དར་སོ་དགོས། །བཙུ་གཉིས་དུང་ཁྱུང་ངམ་  
 ཡུལ་ཤོར། །རང་རྒྱུད་དག་ཡི་ཕོ་ལྷ་ར་སོང་། །རང་ཟས་གྱོད་ཀྱི་ཕོ་གཏུ་ཤོར། །  
 ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་དགའ་ངོ་ཡིན། །བཙུ་གསུམ་སྤྱིར་གི་བྱ་ཤིང་འདི། །བརྒྱ་ཆོ་  
 དམག་གི་རྫི་ཕྱུ་ཡིན། །སྤྱིང་ཆོ་དམག་གི་ཁ་འཛིན་ཡིན། །དུང་ཁྱུང་རང་ལ་  
 མགོན་པ་ཡིན། །སྤྱི་ཕྱུ་འདེབས་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །ཡོ་བཙུ་གསུམ་ལོན་  
 པའི་ཡར་སྤྱིང་ནས། །བྱ་རལ་པ་ཅན་གྱི་གོ་མཐའ་འཁོར། །ཡར་བཙུ་གསུམ་  
 སྤྱིང་གི་བྱ་ཤིང་འདི། །གཞི་ཕྱུ་མཆོར་ཕྱུ་གཉིན་ཕྱུ་དང་། །རྒྱ་ཕྱུ་ནམས་ལ་

གཡོན་ཆོག་ཡིན། །དབག་བསམ་ཤིང་གི་ཕྱེ་མོ་ན། །ཁྱུང་ཐུག་རལ་བ་ཉི་ལི་  
 ལི། །མི་ཆེན་གྲོས་ལ་ཆོག་ས་ཉིན་ངན། །མི་གཅིག་དམུ་ཐག་དགུ་རུ་ཆད། །  
 ཏྲ་གཅིག་སྒྲུབ་མདའ་དགུ་རུ་ཆད། །གཙོ་བོ་ནད་པའི་མོ་ལ་ངན། །དུ་བ་ཐོན་  
 པའི་འཕུ་བཅུ་གས་ཡིན། །བན་བོན་ནད་པའི་མོ་ལ་ངན། །ཡེ་ཤེས་པོ་ལྷ་དུང་  
 ཁྱུང་ལ། །འོག་མིན་གནས་སུ་བསུ་བ་སྒྲེབ། །འདས་ནས་ལྷ་གནས་འབྲུངས་  
 རོ་ཡིན། །མཁའ་འགྲོའི་སུན་མ་འོང་བའི་ཏྲ་གས། །བྱ་ཆོད་མང་པོ་དངོས་སུ་  
 འོང་། །ཏྲ་ཐོན་གི་བའི་དོ་མར་གཏོང་། །བརྒྱག་ཁ་གར་ཡོར་རྩ་རྩ་གཡོ། །  
 པོ་ལྷ་དུང་ཁྱུང་དཀར་པོ་ལ། །དབུ་ཡི་ཙོར་བུ་ཡི་ཆང་ལྷོས། །དབུ་ཡི་ཙོར་  
 སུ་ཆོང་བན། །ཏྲ་ཁྱུ་ཆངས་པའི་རྩེ་ལྷ་ཡིན། །དགུ་ཡི་པོ་ལྷ་བྱ་ཤིང་ལ། །བཅུ་  
 ཡི་བྱ་རལ་རིན་ཆེན་ཡིན། །དགུ་བཅུ་མིན་ཀྱང་བབ་ལན་བཟང་། །བྱ་ཤིང་  
 བྱ་ཡི་འདབ་མ་ཡིན། །བྱ་འདབ་རྒྱུད་གིས་བསྐྱོད་ན་བཟང་། །ཡི་ཡན་ལན་  
 དུ་བྱ་ཤིང་ཡིན། །བྱ་ཤིང་དུང་གི་སྒྲིང་ཆར་ཡིན། །ཆར་དང་ས་གནི་ཐད་  
 བ་བཟང་། །སྒྲིན་དེང་ལན་དུ་བྱ་ཤིང་ཡིན། །བྱ་ཤིང་ཆུ་བོ་གཞུང་རྒྱས་ཡིན། །  
 ཆུ་བོ་རྒྱ་མཆོར་ཐད་ན་བཟང་། །སྒྲུམ་གྱི་ལན་དུ་བྱ་ཤིང་ཡིན། །དལ་དཀར་  
 ལན་དུ་བྱ་ཤིང་ན། །བྱ་སྒྲེ་གནི་ནས་སྒྲེས་པ་ཡིན། །རྒྱ་ཡག་བྱེས་སུ་ཡག་  
 པ་ཡིན། །རང་སར་པོ་ལྷ་བྱ་ཤིང་བབ། །བྱི་སར་མ་ཟེ་སྒོ་བཞིན། །སྒྲིད་པ་  
 ཡེ་སྒོན་རྒྱལ་པོ་ལ། །འདུད་ཤིང་ཐད་སྒྲུན་ཟུར་དགུ་རུ་ལང་། །བྱ་ཤིང་དབག་  
 བསམ་ལྷོན་པ་ཡིན། །ལྷོན་པ་ལྷ་རེ་མ་ཐད་དགོས། །བྱ་ཤིང་ལན་དུ་འོང་།

མིང་ཟེ། །བྱ་ཤིང་ཁྱིམ་དུ་གསལ་ཉི་མ་ཡིན། །ཉི་མ་གཟའ་ཡིས་མ་བཟུང་དགོས། །  
 བྱ་ཤིང་ལན་དུ་ཤོར་ཁུང་ཡིན། །བྱ་ཤིང་འབྲས་དཀར་རི་བོ་ཡིན། །རི་བོ་  
 ཐོག་གིས་མ་བཤིག་དགོས། །ལན་དུ་ན་འབན་བབ་ན་བཤིག་ །བྱ་ཤིང་ཡིད་  
 བཞིན་ཞོར་བྱ་ཡིན། །ཞོར་བྱ་འདྲེ་མོས་མ་ཁྱེར་དགོས། །ལན་དུ་མ་སྦྱུམ་བབ་  
 བ་ཁྱེར། །བྱ་ཤིང་རྗེ་མོ་དུང་ཐེང་ཡིན། །དུང་ཐེང་མི་ཁས་མ་ཐོག་དགོས། །  
 ཐུང་ཁད་བབ་ན་མི་ཁས་ཐོག་ །བྱ་ཤིང་མེ་ཏོག་གཞོན་བྱ་ཡིན། །མེ་ཏོག་སད་  
 གྱིས་མ་ཁྱེར་དགོས། །ལན་དུ་ཚུ་སྦྲར་སྦྱུམ་བབ་ཁྱེར། །བྱ་ཤིང་གསེར་གྱི་  
 སྦྲང་བཟང་ཡིན། །སྦྲང་བཟང་གཞོར་གྱིས་མ་བསྐྱོས་དགོས། །ལན་དུ་ཅེ་  
 ར་བབ་ན་བཞོས། །བྱ་ཤིང་ཐོ་ལྟ་དུང་བྱུང་ཡིན། །དུང་བྱུང་དམེ་ཡིས་མ་མཛོལ་  
 དགོས། །ལན་དུ་སེ་སྟོད་བབ་ན་མཛོལ། །བྱ་ཤིང་སྟག་མོ་རི་བཀྲ་ཡིན། །  
 སྟག་མོ་རྩོམ་དཔས་མ་ཐོག་དགོས། །ལན་དུ་དྲོང་ཁང་བབ་ན་ཐོག་ །ཕྱི་སར་  
 བྱ་ཤིང་བབ་པ་འདི། །དམག་ཆེན་ཡུལ་དུ་འོང་བའི་མོ། །ཡུལ་ཐུང་བསྐྱུག་  
 གཞི་བྱེད་བའི་མོ། །བབ་ལན་བཟང་ན་ཐུབ་ཀྱང་མིན། །དིང་དིང་བྱ་ཤིང་  
 ཀུ་འདི། །ལོ་མལ་བཙུག་ཉིས་གར་བབ་ཀྱང། །ལོ་པ་དེ་ལ་བྱ་སྦྱེས་ངོ། །  
 གསུམ་ལ་རྒྱུད་རྒྱུད་དུག་འབྲིང་རྒྱུད། །བཙུ་ལ་ཆེ་རྒྱུད་མི་ཞོར་འཕེལ། །བཙུ་  
 གསུམ་ཅེ་མོ་བཟང་བར་དགོས། །སྤྱིང་མིག་སྒྲོག་གསུམ་བྱ་ཤིང་གསུམ། །བཙུ་  
 གསུམ་འདོགས་རིགས་དྲངས་མ་ན། །མི་རབས་གསུམ་དུ་མི་རྒྱུད་དར། །  
 བཞོགས་གསུམ་ཀྱང་དེ་དང་འདྲ། །གསུམ་ལ་བྱ་ཤིང་བཙུའི་དཀར་ཐོག།


ཆུང་རྒྱུད་ཚང་གི་མི་ལོར་འཕེལ། །བདུན་དང་བརྒྱད་ལ་འབྲིང་རྒྱུད་ཚང་། །  
 བརྒྱད་དང་བརྒྱ་གཅིག་ཆེ་རྒྱུད་ཀྱི། །མི་ལོར་གངས་མུ་འཕེལ་བ་ཡིན། །སྤྲོད་དུ་  
 བྱིས་པ་བབ་ནས་སྤྲོད་དུ་རང་སར་འཁོར་བ་ན། །ལྷ་ཡི་དུང་ཁྱུང་དཀར་  
 སོ་དེ། །ངམ་གྱི་ཡུལ་དུ་འཁོར་འཁོར་ནས། །སྒྲོན་པའི་མཁར་རྩེར་བབ་བ་  
 ཡིན། །རྒྱ་མོར་རྟ་སྒྲོན་འདྲེས་པའི་ཁྱུ། །ཐོབ་ཅིང་རྒྱ་ཡག་ཡུལ་དུ་སྒྲེབས། །  
 བརྒྒྱུ་ན་ཁ་དམར་བརྒྒྱུ་སྒྲེ་སྒྲུ། །སྒྲིང་མིག་སྒྲོག་གསུམ་བྱ་ཤིང་གསུམ། །  
 སྒྲོ་བཞི་དམ་ནས་དེའི་བརྒྱ་གསུམ། །དིང་དིང་བྱ་ཤིང་གེ་རུན། །གང་སོང་  
 འདྲ་མིན་ཅན་གཅིག་འོང། །ཐོ་གསལ་པ་ཅན་ལ་སྒྲེ་དུག་འཁོར། །མོ་ཤོང་  
 ཡངས་ཅན་ལ་བཟའ་མཁོན་འཁོར། །རི་སྒྲུག་པ་ཅན་ལ་ག་རྒྱུང་འཁོར། །  
 རྒྱ་རྒྱུངས་པ་ཅན་ལ་ཉ་སྒྲུམ་འཁོར། །བྱི་བཞིར་དན་སྒྲིགས་བབ་ནས་སྤྲོད། །བརྒྱ་  
 གསུམ་སོ་ལྷ་བྱ་ཤིང་ན། །དེ་ཡང་དེ་དང་འདྲ་བར་བཟང་། །བྱིས་པ་གཏུ་རང་  
 གི་སར། །དུལ་དཀར་བབ་ནས་རྩེ་མོ་ལད། །འོད་ཀྱི་ལྷ་ཐང་དཀར་སོ་ལ། །  
 བདུད་གཡག་ཁམ་བས་རུ་བདར་དོ། །གཅིག་གི་སྤྲོད་དུ་བྱ་ཤིང་བབ། །དེ་  
 ཡི་བཞི་ལ་སྤུང་བར་དང། །འོད་གི་ཨ་ཁད་ལ་སོགས་པ། །དན་སྒྲིགས་རིགས་  
 རྣམས་གང་བབ་ཀྱང། །དུང་ཁྱུང་དཀར་སོའི་དབུ་རལ་ལ། །ན་རོ་སྒྲེལ་གྱི་  
 ཚང་མལ་བཅས། །སྒྲུ་ཀའི་རིགས་ཀྱི་བྱ་ཐན་འོང། །ཞལ་ལྷེས་མདུན་བརྒྒྲོར་  
 བྱེད་ན་ཐང། །སྒྲོ་བྱིས་རུ་བྱག་བྱེད་ན་ཐང། །མཛོ་སོས་ལྷང་རུར་བྱེད་ན་  
 ཐང། །འོག་རྟ་མཚན་མཚར་བྱེད་ན་ཐང། །དེ་སོགས་ཐན་དང་ལྷས་དན་

འོང་། །དེ་དུས་རིམ་གྱོ་དྲག་པོ་གཅིས། །ལྟག་པར་རྒྱུད་རྒྱུད་དག་ལ་ངན། །  
 མདུན་གྱི་ལྷ་ཏོག་བཅད་དོ་ཡིན། །དྲག་དང་བདུན་ལ་གོང་བཞིན་ན། །ཐན་  
 དང་ལྟས་ངན་སྒྲ་མ་བཞིན། །ལྟག་པར་འབྲིང་རྒྱུད་དར་མར་རྩུབ། །ཡང་  
 བ་མེ་ཤོར་འཆིག་ཀྱང་ཐང་། །སྒྲུལ་ཐན་འོང་སྒྲིད་ལོ་གསུམ་མམ། །ལོ་བརྒྱད་  
 རྩོན་ལ་མི་བསྐྱེལ། །བརྩ་དང་བརྩ་གཅིག་དེ་བཞིན་ན། །ཆེ་རྒྱུད་མདུན་ཕོག་  
 ཐན་ལྟས་ངོ་། །རྩུབ་ཆད་ལོ་གསུམ་ལོ་བརྩ་ཡིན། །བརྩ་གཅིག་བརྩ་གསུམ་  
 དེ་འདྲ་ན། །འོག་བལྟ་རུ་མེད་པའི་ཕོ་བྲང་ནས། །གཡུང་རྒྱུད་བོན་གྱི་གདན་  
 བྱི་ཞིག་སྒྲོབ་མ་མང་པོའི་སྒྲོབ་དཔོན་གྱི། །དམག་མི་མང་པོའི་དམག་དཔོན་  
 གྱི། །བཟའ་ཆང་ནང་གི་བཟའ་དཔོན་གྱི། །བྱ་ཐང་དཀར་འདྲ་བ་ཐབ་ནས་  
 གྱི། །ཁྱི་ཕོ་ལུང་རྒྱུད་དེ་ལུས་པ་ཡིན། །ཤི་འཕྲོ་ཅན་གྱི་མོ་ལ་བཟང་། །ལོ་གསུམ་  
 གྱི་འཕྲོ་ཆད་དོ་ཡིན། །བྱིས་ལུལ་བཞིར་བྱ་གིང་བབ། །ལན་དུ་རང་སར་སྤང་  
 བར་གྲོང་ཨ་ཁད། །ངན་རིགས་སྟིགས་ཁམས་གང་བབ་ཀྱང་། །དག་དུང་  
 རྒྱུད་དཀར་མོའི་གཤོག་ལྷག་གིས། །ཟུན་སྒྱུ་ཀ་ཁ་མོའི་སྟག་རིས་སྤྱད། །  
 ཟུན་ལ་བྲོས་ཁོམ་མི་འོང་ངོ་། །དེ་གཉིས་གོ་ས་བརྗེས་པ་ན། །ཟུན་དུང་རྒྱུད་  
 དཀར་མོའི་གཤོག་ལྷག་གིས། །དག་སྒྱུ་ཀ་ཁ་མོའི་སྟག་རིས་སྤྱད། །དག་ལ་  
 བྲོས་ཁོམ་མི་འོང་ངོ་། །གཅིག་དང་བརྒྱུད་ལ་དུང་རྒྱུད་བབ། །དེ་ཡི་བརྩ་གསུམ་  
 སྤང་ཁད་དེ། །དམག་དཔུང་ག་ལེན་མོ་ལ་ངན། །དུར་བྱས་རྒྱད་ངན་དགུང་  
 བས་སྒྲོགས། །ཁྱོད་ངན་རྩོད་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །ལ་རོལ་མི་ཆེན་མཇུལ་

ན་བཟང་། ལྷག་མོ་འཕྱོང་བ་གནམ་མཐར་སླེབས། གཅིག་ལ་རེ་སྟུ་  
 བེ་དང་། གཉིས་ལ་ཕོ་ལྷ་བྱ་ཤིང་བབ། ཤར་ཕྱོགས་དྲུང་ཆུའི་རབ་སོན་ས། །  
 མི་གཅིས་བ་དག་ལ་བཙོན་དུ་འཛོར། གཉིས་ལ་རེ་སྟུ་བེ་དང་། ལྷ་ལ་  
 ཕོ་ལྷ་བྱ་ཤིང་བབས། རེ་ཡི་དྲུག་བདུན་བརྒྱད་བརྒྱ་གཅིག རེ་སྟུ་བེ་བབ་  
 བན། ལྷོ་གཡུ་འབྲུག་སྒོན་པོས་ཐོབ་ཤ་བཤོས། ལྷོ་ནམ་དག་རྒྱུག་མི་ནོར་  
 འཕྱེར། བྱ་སྒྲིང་མག་བ་དག་རུ་ལྗང་། བརྒྱད་དང་བརྒྱ་གཅིག་རེ་སྟུ་བེ་  
 དང་། རེ་ཡི་དགུ་ལ་ཕོ་ལྷ་བབ། རུབ་ཀྱུ་གྲུང་དམར་པོས་རུབ་དར་བྱང་། །  
 རུབ་ནམ་དག་ལྗང་མི་ནོར་འཛོར། ཁང་བ་དང་ལེའུའི་ཕྱོགས་དག་ནས། །  
 མ་བབ་དག་རུ་ལྗང་གྲུང་སྒྲིང་། བརྒྱ་གཉིས་ཕོ་ལྷ་བྱ་ཤིང་བབ། རེ་ཡི་དྲུག་  
 དང་བརྒྱ་གཅིག་དང་། བརྒྱ་གསུམ་རེ་སྟུ་བེ་ན། བྱང་ཀྱུ་ནག་གདོལ་བས་  
 ཐོབ་ཤ་བཤོས། བྱང་ནམ་དག་རྒྱུག་བཙོན་དུ་འཕྱེར། འཇམ་དམར་ནག་  
 གསུམ་མནང་དུ་ལེན། རྟོར་དང་མི་ཤ་ཕྱོགས་ཀྱི་དག། ལར་བརྒྱ་གཉིས་  
 དིང་དིང་བྱ་ཤིང་དེ། ཡེ་སྒོན་ཕོ་ལྷ་ངམ་ལ་འགྱུར། སྒོན་པའི་གོང་བ་ངམ་  
 ལ་ཤོར། ཅི་བཏབ་མོ་ལ་དག་དེ་ཡིན། ཡང་གཅིག་དང་གསུམ་ལ་གང་ཅང་  
 ལ་བྱ་ཤིང་དང་། གཉིས་ལ་རེ་སྟུ་བེ་ན། འུང་འུང་དྲ་མ་དམག་ལ་ཡག །  
 ཤར་ཕྱོགས་དག་ཡི་བཙོན་ཐར་ཐོབ། དྲུག་བདུན་བརྒྱ་གཅིག་དེ་དང་འདྲ། །  
 བརྒྱད་དང་བརྒྱ་གཅིག་བྱ་ཤིང་ལ། བརྒྱ་གཉིས་རེ་སྟུ་བེ་ན། ལྷགས་འུང་  
 དྲ་མ་དམག་ལ་ཡག བྱང་ཕྱོགས་དག་ཡི་བཙོན་ཐར་དོ། ལྷག་བརྒྱའི་ནང་



གི་དོན་པོ་ལྟ་བུ་ཡིན། །དག་མི་བཙོན་དུ་ཟེན་དོ་ཡིན། །ངམ་གྱི་ཕོ་ལྟ་སྒྲོན་  
ལ་འབྲུར། །གཅིག་གི་རེ་སེ་བརྒྱད་བྱ་ཤིང་། །གཉན་གྱི་བང་མཛོད་སྐམ་པ་  
ཡིན། །གསུམ་བཞི་ལ་སོགས་སྟོད་སྟེན་གྱི། །ཁ་ལེན་ཐམས་ཅད་དེ་དང་  
འདྲ། །བརྩ་གཅིག་རེ་སེ་བརྩ་གསུམ་དུ། །བྱ་ཤིང་བབ་ན་གཏོད་བདག་གི།  
བང་མཛོད་གཉན་པོ་སྐམ་པ་ཡིན། །ལར་མི་འབྲུར་དེ་ཚུགས་བབ་པ་ན། །  
པ་ཐུས་ཀྱན་རབས་མན་ཆད་རིང་། །གསས་མཁར་བྱང་མགོ་གསར་བྱས་  
དང་། །ས་བརྩུང་ཡུལ་བྲོས་བྱས་པ་དང་། །ཡུལ་གྱི་ལྟོག་པོ་སྐམ་ལ་འཕྱོར། །  
དེ་འདྲ་མེད་ན་ཐུས་འབྲུང་དོགས། །ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ཞན་ཅམ་ལ། །མཛོ་པོས་  
བྱང་སྐགས་བྱས་ན་བཟང་། །མཛོ་ནད་ལུང་དོས་འདེད་དོ་ཡིན། །ཕོ་ལྟ་དིང་  
དིང་བྱ་ཤིང་དེ། །སྟོད་སྟེན་བར་གསུམ་གར་བབ་ཀྱང་། །དེ་ལན་ར་སེ་རྩ་  
ནོན། །རྩ་རྒྱལ་གཙུག་ན་རིན་ཆེན་གྱིས། །མི་ནོར་མཐའ་ཀླབ་སྟེལ་བས་  
བཟང་། །གཅིག་ལ་མ་ཟེས་པ་ཞེས་དང་། །རུ་སྟོད་དན་རིགས་གང་བབ་ཀྱང་། །  
གཉིས་ལ་ལུང་ཐོགས་རིགས་ཞིག་བབ། །བརྩ་གསུམ་ཕོ་ལྟ་དུང་བྱང་ན། །  
འོག་རྟ་ཉི་བའི་མོ་ལ་ངན། །ཤར་ཕྱོགས་ཁ་བརྩས་ལོང་བ་ཟུ། །རྒྱ་ཉིས་  
མི་རྟ་ཤར་དུ་ལུས། །བཞི་དུག་མ་ཟེས་པ་ཞེས་དང་། །རུ་སྟོད་དན་རིགས་གང་  
བབ་ཀྱང་། །ལྟ་ལ་ལུང་ཐོགས་རིགས་ཞིག་སྟེང་། །དེ་ཡི་བརྩ་གསུམ་ཕོ་ལྟ་  
ན། །ལྟོ་ཕྱོགས་ལུང་པར་མི་རྟ་ལུས། །བརྒྱད་བརྩར་འཕྱོར་བ་སྟེ་དུག་བབ། །  
དགུ་ལ་ལུང་ཐོགས་བརྩ་གསུམ་བྱང་། །རུབ་ཕྱོགས་ལུང་པར་དེ་བཞིན་ནོ། །

བརྩ་གཅིག་འཕྲོར་སྡེ་བརྩ་གཉིས་ལ། ། སྤྱར་ཐོག་སྤྱར་བརྩ་གསུམ་དྲུང་ཁྱུང་ན། །  
 བྱང་ཕྱོག་སྤྱང་བར་དེ་བཞིན་ནོ། ། བྱི་བཞིར་འཕྲོར་རིག་སྤྱང་སྤྱང་ལ། །  
 སྤྱར་ཐོག་སྤྱར་བརྩ་གསུམ་ཁྱུང་བབ་ན། ། སྤྱུམ་བརྒྱ་དྲུག་ཅུའི་མོ་ལ་བཟང་། །  
 སྤྱིང་མིག་སྤྱོག་གསུམ་དིང་དིང་གསུམ། ། དེ་ཡི་བརྩ་གསུམ་བྱ་ཤིང་ན། ། དགྲུང་  
 སྤྱོན་གྲུང་ནས་ཞོམ་བ་ཡིན། ། དར་དར་འདྲ་ཡང་མཐའ་མ་བརྒྱུག། གཅིག་  
 སྤྱོག་སྤྱང་སྤྱང་བྱ་ཤིང་བབ། ། གཉིས་སྤྱོག་སྤྱི་སྤྱི་གང་རུང་དུ། ། བྱ་རལ་  
 རིན་ཆེན་བབ་བ་ན། ། དེ་དེའི་ཕྱོག་སྤྱོག་ནས་ནོར་ཐོབ་ངོ། ། གསུམ་ལ་བྱ་ཤིང་  
 བཞི་རེ་སྡེ། ། རྒྱུང་རྒྱུང་མཛོད་བདག་ཀ་བ་རྩྱུག་ས། ། དེ་བཞིན་བཞི་བརྒྱུད་  
 འཕྲིང་རྒྱུད་དང་། ། བརྩ་དང་བརྩ་གཅིག་ཆེ་རྒྱུད་བཟང་། ། དེ་དམིག་སྤྱོག་བསལ་  
 བཤད་བ་རྒྱ་མཆོ་ཙམ། ། ཡོད་ལས་མདོ་ཙམ་གནད་ལག་འབཛུང་། །   
 བཞི་བ་དེ་ལ་བརྒྱུག་བྱུང་ན། ། དིང་དིང་གཤུག་སྤྱོག་མཁར་ཡིན། ། ཞང་ཞོང་  
 སྤྱུག་བས་མིང་བཏགས་ལ། ། དིང་དིང་དྲུང་ཁྱུང་འོད་འབར་ཟེར། ། ཞང་ཞོང་  
 བར་བས་མིང་བཏགས་ལ། ། དིང་དིང་དྲུང་མཁར་གསུམ་འོད་ཟེར། ། ཞང་ཞོང་  
 སྤྱོག་བས་མིང་བཏགས་ལ། ། མཁར་ཆེན་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་བརྒྱུག། ། ཡང་དག་  
 གཤེན་གྱིས་མཆོན་གསོལ་བ། ། གཤུའི་ཕྱོག་ལྷན་ཁ་དགར་བརྒྱུག། ། སྤྱིང་བ་  
 གང་གི་རིང་ལ་བབ། ། དྲུང་མི་འདན་དགར་རིང་ལ་བབ། ། སྤྱོན་མ་སང་གཉན་  
 གྱི་སྤྱུ་རིང་ལ། ། ཡེ་ངམ་མཁར་མིང་བཅིག་སྤྱོག་ཉན་བབ། ། སྤྱོན་གྱི་སྤྱིང་བ་  
 བཤད་ཙན། ། དང་ཐོ་ཡེ་མེད་སྤྱོང་བར་སྤྱིད། ། དེ་ལ་ནམ་མཁའ་སྤྱོན་པོ་

མིང་། །མཁའ་ལས་དབང་ཆེན་ས་གཞི་ཆགས། །ས་ལ་བརྟེན་པའི་མཁའ་  
 ཞིག་ཆགས། །མཁའ་ནི་རིན་ཆེན་གསེར་གྱི་མཁའ་། །དབང་ནི་མཐོན་པོ་  
 དགུང་དང་མཉམ། །བ་དན་ཕྱར་ན་དགུང་བས་མཐོ། །སྐྱེ་ནི་དོག་མོས་དང་  
 མཉམ། །ལྷགས་རི་བསྐྱོར་ན་ས་བས་ཆེ། །མཁའ་ཕྱེ་དེ་ལ་བྱ་ཞིག་བབ། །  
 བྱ་ནི་དབག་བསམ་ཞོར་བུའི་བྱ། །བྱ་དེས་སྐྱོང་ཡིད་གྱིས་བསྐྱེད། །དྲུང་  
 སྐྱོང་དཀར་པོ་གཅིག་ཏུ་མིང་། །སྐྱོང་དོལ་པའི་ནང་ཤེད་ན། །དྲུང་མི་འདབ་  
 དཀར་གཅིག་ཏུ་མིང་། །སྐྱོང་བར་གྱི་བདར་ཤ་ལ། །དྲུང་མཁའ་དཀར་པོ་  
 གཅིག་ཀྱང་མིང་། །སྐྱོང་པའི་ནང་གི་སྐྱོང་ཆུ་ལ། །དྲུང་གི་མཆོ་ཆུང་གཅིག་ཏུ་  
 མིང་། །མཁའ་དེ་ལ་གཏུགས་རྫོང་བཏགས། །དེ་དུས་གཏུགས་རྫོང་  
 དང་། །རིན་ཆེན་དྲུང་གི་མཆོ་ཆུང་དང་། །དྲུང་མི་འདན་དཀར་མཆེད་གསུམ་  
 པོ། །སྐྱོང་ལྷ་ཡིས་མཐོང་ན་ལྷ་ཁམས་དགའ། །བར་མི་ཡིས་མཐོང་ན་མི་  
 ཡང་དགའ། །འོག་ཀླུ་ཡིས་མཐོང་ན་ཀླུ་ཁམས་དགའ། །གཏུམ་ཡིན་དགའ་  
 ཡིན། །དགའ་ནི་མ་ལྟར་མཐོང་བ་ཡིན། །བྱ་ནི་བྱ་ལྟར་གཅེས་བ་ཡིན། །  
 མཁའ་ཁ་དེ་ལ་གཡུ་ཞིག་བཞག །དེ་ཕྱིར་ཞ་མ་གཡུ་ཕྱེ་ཡིན། །ཤར་ན་སྐྱེ་  
 ལྷག་འཇུག་མདངས་དོམ། །སྐྱོ་ན་གཡུ་འབྲུག་གསུང་སྐྱོན་ལྗིད། །ཁུབ་ན་  
 སྤལ་བས་དྲ་སྐད་འཆོར། །བྱང་ན་མ་བུའི་སྒྲོས་གར་བསྐྱུར། །ནང་ན་སྒྲོན་  
 པའི་གོ་ཕྱེ་བྱེད། །སྐྱོང་ན་དྲུང་བྱང་ལ་ཉེ་ཅི། །ཡེ་སྒྲོན་རྒྱལ་པོའི་སྐྱེ་མཁའ་  
 ཡིན། །མ་སངས་གཉན་གྱི་སྒྲ་མཁའ་ཡིན། །ཨ་སྒྲོན་དགུང་གི་གཞི་མཁའ་ཡིན།

དོག་མོ་སེལ་མི་མཁུང་མཁུང་ཡིན། རྩོན་རྩོན་སྒྲུབ་ལུ་གཡང་དཀར་གྱིས། རྩོན་པོའི་དམག་དཔུང་བྱུང་དོགས་པས། ཞང་པོའི་ཡུལ་གྱི་མཁུང་འདི་ཐོབ། མཁུང་དེའི་ཕྱེ་ལ་མདའ་ཞིག་བཙུགས། མདའ་དེའི་ཕྱེ་ལ་གཡུ་ཞིག་བཏགས། ཞང་མཁུང་གཡུ་ཕྱེ་དེ་ནས་ཐོགས། གསེར་མཁུང་གཡུ་མཁུང་བསེ་མཁུང་དང་། ལུགས་མཁུང་གཡུ་རྒྱུ་བཞི་མིད། དུང་དཀར་པོ་སྟོང་གི་བ་དན་ཕུར། གསེར་སེར་པོ་སྟོང་གི་རྒྱལ་མཚན་བཙུགས། ཤེལ་ཚང་མ་སྟོང་གི་སྐར་མ་བཀྲ། གཡས་ན་གཤེན་རབ་གསུང་རྩོན་བསྐྱར། གཡོན་ན་དྲོང་མཁུང་གྲུ་དབྱངས་ལེན། རྩོད་བཞེར་གྲུང་པོ་སྟོང་སྐར་ལྡན་འབྱེད། བཞེངས་ནི་རྩོན་པོའི་ཡུལ་དུ་བཞེངས། ད་ལྟ་དོམ་གྱི་ཡུལ་ན་ཡོད། ཁ་འཁོར་བ་རྩོན་པོའི་ཡུལ་དུ་འཁོར། གཡུ་མ་ཡིན་དགའ་ཟེར། དིང་དིང་བརྒྱག་བཟང་མང་ན་ཡང་། རྩོགས་དོན་དང་ལྡན་པ་ཞང་མཁུང་ཡིན། གཞི་ཟེན་དོན་གྲུབ་ཞང་མཁུང་ཡིན། ལུ་སྟེ་ཆོ་འབྱུངས་ཞང་མཁུང་ཡིན། བཀྲ་ཤིས་དོན་ལྡན་ཞང་མཁུང་ཡིན། བརྒྱ་ཚང་སྟོང་ཚང་ཞང་མཁུང་ཡིན། ཐག་རིང་མགོན་སྟེངས་ཞང་མཁུང་ཡིན། ཡུན་རིང་ནད་སྐྱོས་ཞང་མཁུང་ཡིན། དལ་ཐོན་ཆོ་རིང་ཞང་མཁུང་ཡིན། གཏམ་སྟིང་དགའ་ཐོས་པོའི་ཞང་མཁུང་ཡིན། ལུགས་ཁྲ་ཆེ་སྟེ་ཞང་མཁུང་བཙན། བཟང་ལ་འཇམ་ཞིང་དཔའ་ལ་བརྟན། ལུ་སྟེ་ལུ་ཐུ་ཅན་གྱི་སྒྲ་མདུད་ཡིན། ལུ་མོ་སྟེ་ཤར་ཅན་གྱི་ཁམ་གོན་ཡིན། དག་ཟུན་ས་མཁུང་ཐུན་མོང་ཡིན། ཡེ་ངམ་མིག་མང་བཞག་པའི་ཉིན། མིད་

པ་ཡེ་སྒྲོན་རྒྱལ་པོས་ཐོབ། །ས་བཟུང་ཡུལ་ཅོད་བྱེད་ཉིན་བཟང་། །དམག་ཆེན་  
 ཕྱོ་སྒྲགས་བྱེད་ཉིན་བཟང་། །གཡུལ་ཆེན་འབྲུག་ས་པ་འབྱེད་ཉིན་བཟང་། །  
 གཡས་དེ་དར་ན་ཟུན་རྒྱལ་ཡིན། །གཡོན་ཕྱོགས་དར་ན་དག་རྒྱལ་ལོ། །ཕྱི་  
 སར་ཤོར་ན་དུ་མ་བཤོལ། །དིང་དིང་མཁར་སྒོང་དཀར་པོ་འདི། །བ་གམ་  
 ཡོད་ན་དུང་མཁར་ཡིན། །ལན་དུ་དཀར་ཐོག་བབ་བ་ན། །མཁར་ལ་བ་  
 གམ་ཐོགས་པ་ཡིན། །འདི་གཅིག་ལ་མིང་པའི་སྐྱུ་མཁར་ཚུགས། །མིང་ནི་  
 པ་ལམ་རྩོལ་ས་བྱས། །གཞི་མཆོར་འཛིན་དང་མཁར་བརྩིགས་བཟང་། །  
 གཉིས་ལ་བོད་ཀྱི་སྐྱུ་མཁར་དེ། །ནག་པོ་རྒྱུ་ཡིས་བྱིར་བ་ཡིན། །མི་གཡང་  
 སུམ་སྒྲིང་དོ་ཡིན། །གསུམ་ལ་བྱིམ་གསར་སྤུབ་ཉིན་བཟང་། །ཆུང་གསུམ་  
 རྩོག་རྩོན་ཚུགས་པ་ཡིན། །བཞི་ལ་འོར་གྱི་བང་མཛོད་ཚུགས། །ལྷག་པར་  
 འོར་སྤུང་འདེབས་ཉིན་བཟང་། །ལྷ་ལྷ་ཡི་སྐྱུ་མཁར་མིན་ལ་ཤོར། །མི་འོར་  
 གཉིས་ཀྱི་འཕེལ་གཡང་ཉམས། །དུག་མོ་བཅུན་བྱིམ་དང་ཡུད་དོ་ཡིན། །སྐྱུ་  
 དང་གྲུར་ཆེན་སྤུབ་དོ་ཡིན། །བདུན་ལ་ཕོ་ལྷའི་སྐྱུ་མཁར་ཚུགས། །སྐྱེས་སུའི་  
 ཕོ་སྐྱོ་འབྲུལ་བ་ཡིན། །བརྒྱད་བན་དེའི་སྒོམ་ཁང་བྲག་ལ་ཚུགས། །བརྩེ་  
 དབུས་ལ་འགོ་ཉིན་བཟང་། །དགུ་བོན་པོའི་སྐྱུ་མཁར་བརྩིགས་ཉིན་བཟང་། །  
 གཡུང་དུང་བོན་ལ་དར་རྒྱས་འོང་། །བཅུ་ལ་མི་ཡི་འཕེལ་ཁ་ཚུགས། །མ་  
 ཕྱིའི་སྐྱུ་མཁར་གཡང་གིས་གང་། །བཅུ་གཅིག་རྒྱལ་པོའི་སྐྱུ་མཁར་ཚུགས། །  
 དག་སྒྲའི་ངོ་སོ་མཐོ་བ་ཡིན། །བཅུ་གཉིས་སྒོན་པའི་སྐྱུ་མཁར་དེ། །ནག་

བོ་ངམ་ལ་ཤོར་བ་ཡིན། །ཟས་ནོར་ཕྱིར་ལ་ཤོར་དོགས་ཡོད། །བརྩ་གསུམ་  
 ཏུང་མི་ལྟན་དཀར་གྱིས། །ཏུང་མཁར་དཀར་པོ་ཟིན་བ་ཡིན། །པོད་མགོ་  
 བཀ་སྒྲི་རྒྱུད་གོལ་བ་ཡིན། །སྒོག་མཁར་ཚུགས་པས་ཅི་བཟུང་བ་བཟང་། །འདི་  
 གོང་མོ་བྱང་ན་གཤམ་བ་ཡིན། །གོང་མོ་ཡིན་ནམ་མ་ཡིན་དེ། །མཇུག་མའི་  
 རྒྱ་གམ་ཨེ་ཚང་ལྟོས། །ལན་དུ་སྒྲེར་ཡ་ལུ་བརྒྱག་ན། །མཇུག་མའི་རྒྱ་གམ་  
 ཚང་བ་ཡིན། །གཡང་གི་རྒྱ་མཚོ་མགོན་དུ་ལྷག་ །ལྷག་པར་ནོར་མོ་འདེབས་  
 བ་བཟང་། །འདི་ཡི་ལན་དུ་སྦ་ཚོན། །མཁར་ཁར་དཔའ་མཏུང་བྱར་བ་  
 ཡིན། །ལན་དུ་སྦ་ཁམས་དྲངས་མ་ན། །མཁར་ལ་བ་དན་བཟགས་བ་  
 ཡིན། །ལན་དུ་བྱ་ཡུན་དཀར་མོན། །ཏུང་མཁར་ཁ་ལ་ཉི་མ་ཤར། །ལན་  
 དུ་བྱ་བྱར་གསེར་ཐིག་ན། །ཏུང་མཁར་ཁ་ལ་རྒྱ་བ་ཚེས། །ལན་དུ་མུ་ས་ཏྲ་  
 བ་ན། །ཏུང་མཁར་ཁ་ལ་སྒྲར་ཆེན་བཟ། །ལན་དུ་སྦ་བཟེ་ཁ་ལ་ངན། །ཏུང་  
 མཁར་ཁ་ལ་གསུང་འབུག་གསུགས། །ལན་དུ་ཨ་ཁད་ཅེ་མ་ན། །ཏུང་མཁར་  
 ཁ་ལ་རྒྱ་སྒྲག་འཕྱོ། །ལན་དུ་སྦ་བྱར་ཤིང་ཅེ་ན། །ཏུང་མཁར་ཁ་ལ་དྲང་ཁ་  
 ལྟང་། །ལན་དུ་སྦ་ཚོན་བྱ་ཡུན་ན། །ཏུང་མཁར་ཁ་ལ་མཏུང་དར་བྱར། །དེ་  
 རྒྱལ་ས་ཅི་ལ་བཟུང་གྱང་བཟང་། །ལྷག་པར་མཁར་བརྩིགས་མོ་ལ་བཟང་། །  
 འདི་ཡི་ལན་དུ་སྦ་ཡོན་ན། །ཏུང་མཁར་སྒྲག་པས་གཏུམ་བ་ཡིན། །ན་འབན་  
 ཏུང་མཁར་ཐོགས་གིས་བཤིག །རུ་སྦ་དྲང་མཁར་བདུད་གྱིས་བཅོམ། །  
 མ་ཟེ་དྲང་མཁར་བཅོན་གྱིས་གང་། །བྱ་རལ་དྲང་མཁར་ས་མཁར་རེད། །

ཡི་ཡན་དུང་མཁར་རྒྱུད་གིས་བྱེད། །སྒྱུ་མ་རན་རིགས་དུང་མཁར་ཚུ་ཡིས་  
བྱེད། །ཡུང་ཁད་དུང་མཁར་མེ་ཡིས་ཚིག། །དེ་ནམས་ཅི་བདེ་བ་མོ་ལ་རན། །  
གསུམ་གྱི་གཏུ་བཞིའི་སྒྲུ་མ་རན། །རྒྱུད་རྒྱུད་ཚང་གི་དུར་དོ་ཡིན། །དུར་དུ་  
མ་ཟད་བདུད་ཀྱང་ཡིན། །བདུན་བརྒྱུད་འབྲིང་རྒྱུད་གྱི་དུར་དོ། །བརྒྱད་དང་བརྒྱ་  
གཅིག་ཆེ་རྒྱུད་གྱི་དུར་དོ། །གཅིག་གི་གཏུ་བརྒྱ་གསུམ་ལ། །སྒྲོ་རྒྱན་དཀར་  
པོ་ལུ་གུའི་མགོ། །སྒྲོ་འཛིན་རོ་དང་བཛོལ་བ་ཡིན། །གཏོ་ལ་ཐེར་མ་གསོལ་  
མཚོད་བྱ། །གསུམ་ལ་གཏུ་བཞི་ཤོར་ཁུང་། །རྒྱུད་རྒྱུད་ཚང་ལ་ཤི་ཚད་དོ། །  
བདུན་དང་བརྒྱུད་ལ་འབྲིང་རྒྱུད་དང་། །བརྒྱད་དང་བརྒྱ་གཅིག་ཆེ་རྒྱུད་ལོ། །  
བཞི་ཡི་གཏུ་ལུ་ཡུང་རལ། །ཡང་ན་ནེ་རྒྱ་མེ་སྟོང་བབ། །ལྷ་ཡི་དབལ་ཁ་  
ཐིག་ལས་ལོན། །བརྒྱུད་གྱི་གཏུ་དགུ་ནེ་རྒྱ། །གཉིན་གྱི་དྲ་མ་སྟོང་ལ་ཡག།  
བརྒྱ་གཅིག་བརྒྱ་གཉིས་དེ་འདྲ་ན། །ཡེ་ཡི་དྲ་མ་རམ་ལ་བཟིད། །བརྒྱུད་གྱི་  
གཏུ་དགུའི་ཐས་རྒན། །འོད་གྱི་རྒྱལ་ཁ་ཐིག་ལས་ལོན། །བརྒྱ་གཅིག་བརྒྱ་  
གཉིས་དེ་དང་འདྲ། །ཡེ་ཡི་རྒྱལ་ཁ་རམ་ལས་ལོན། །གཅིག་གི་གཏུ་གཉིས་  
ཤོར་ཁུང་། །འོད་གྱི་བཙོན་མཁར་སྒྲོ་མེད་དུ། །རྒྱ་ཡི་ཤ་བཙོན་རྒྱུད་བ་ཡིན། །  
བརྒྱུད་དགུ་སྟོང་གིས་གཉིན་བཙོན་ཟིན། །བརྒྱད་དང་བརྒྱ་གཅིག་དེ་འདྲ་ན། །  
ཡེ་ཡི་བཙོན་རར་རམ་བཙོན་རྒྱུད། །གཉིས་གྱི་གཏུ་བཞི་ཤོར་ཁུང་། །འོད་མི་  
རྒྱ་ཡི་ལག་ཏུ་ཤོར། །དགུ་བརྒྱ་བརྒྱ་གཉིས་བརྒྱ་གསུམ་ལ། །དེ་འདྲ་གོང་  
ལས་བསྒྲོག་སྟེ་རན། །གཅིག་གི་གཏུ་གཉིས་རྒྱ་སྒྲོ། །འོད་གྱི་བཙོན་པོའི་

སྒྲིག་མདའ་ཡིས། །དབྱ་ཡི་རི་རྩོད་ཐལ་བར་བརྒྱལ། །བཞི་ལྷ་ལྷ་ཡི་སྒྲིག་  
 མདའ་ཡིས། །འཇང་བཅན་པོའི་ཚུ་རྩོད་བཤིག་བ་ཡིན། །བརྒྱད་དགུ་གཉིས་  
 ལ་ལྷོད་སྒྲིག་གིས། །གཉན་གྱི་ཐོག་རྩོད་ཐུ་མར་འཐག། །བཅུ་གཅིག་བཅུ་  
 གཉིས་ཡེ་སྒྲིག་གིས། །ངམ་གྱི་བྲག་རྩོད་ས་ལ་ཡབ། །བརྩེས་ན་བཤད་བཤོ་  
 ལོག་བྱ། །ཡང་གཅིག་ལ་གཤུག་གིས་ཚུ་སྒྲོ། །པོད་གྱི་དམག་གིས་རྒྱ་དམག་  
 བཅོམ། །གཉིས་དང་ལྷ་ལ་དེ་ཚུ་གས་བབ། །ལྷ་ཡི་དམག་གིས་འཇང་དམག་  
 བཅོམ། །བརྒྱད་དང་དགུ་ལ་དེ་འདྲ་ན། །སྒོད་གི་དམག་གིས་གཉན་ཡུལ་  
 བཅོམ། །བཅུ་གཅིག་བཅུ་གཉིས་དེ་འདྲ་ན། །ཡེ་ཡི་ཕོ་ལྷ་ས་ངམ་ཁམས་  
 བཅོམ། །དེ་སོགས་སྒྲོད་སྒྲོད་ཁྱི་ནང་གི། །བབ་ལན་གང་ལ་གང་འོས་དབྱད། །  
 གནད་གལ་ཆེ་ཅམ་ཞིག་བརྒྱས་བ་ཡིན། ~~རྒྱུ་ལྷ་~~ །མོ་རྟའི་ཆེ་མོ་གང་ཡིན་པའི།  
 ལྷ་བ་དེ་ལ་བརྒྱལ་གཅིག་སོང་། །ཁང་ཁོང་ལུག་བས་མིང་བཏགས་པ། །དིང་  
 དིང་སྒྲིན་དར་ནག་པོ་ཡིན། །ཁང་ཁོང་བར་བས་མིང་བཏགས་པ། །དིང་དིང་  
 གཡོན་བརྒྱལ་སྒྲིན་པོ་ཡིན། །ཁང་ཁོང་སྒོ་བས་མིང་བཏགས་པ། །དིང་དིང་  
 ལུག་བ་གསེར་མིག་བརྒྱལ། །ཡང་དག་གཤེན་གྱིས་མིང་བཏགས་པ། །དིང་  
 དིང་སྒྲིན་ཐོག་ནག་པོ་ཟེར། །སྒྲིད་བ་གང་གི་རིང་ལ་བབ། །འབྲེ་རྒྱོད་མི་  
 རྒྱུན་རིང་ལ་བབ། །ངམ་གྱི་བྱི་བ་རྩ་ཟེར་བྲག། །དིང་དིང་ཉ་ར་ཁྱི་ཐོད་ཡིན། །  
 སྒྲིན་པོ་མི་རྒྱུན་མཁར་ཀྱང་བྱ། །བྱ་ངན་བ་དབྱ་ཡི་ནང་ཡན་ཡིན། །ཟླ་དཀར་  
 རོག་གི་ནང་ཡན་ཡིན། །གསོས་པའི་སྤྱ་བ་སྒྲིང་རིང་དེས། །གཅེས་པའི་



རོར་བུ་བྱེད་པའི་སྒྲ། །བསྐྱེད་པའི་བེལ་ཁུང་ཁམས་པ་དེས། །བདག་པོའི་  
 རྩུ་མ་ཕྱད་པའི་སྒྲ། །རང་རྒྱུད་གཅེས་པའི་བུ་ཕྱུག་གིས། །ཐ་མར་སློག་གཙོད་  
 ལག་དམར་སྒྲ། །མིད་པོ་མི་རྒྱན་མཁར་ནང་ནས། །འདྲེ་མོད་ཕུག་རྩ་ཉལ་  
 བ་ཡིན། །དག་གཞི་དྲུར་གསུམ་ཀུན་ལ་ངན། །མགོ་ནག་མི་ཡི་བདུད་ཁུང་  
 ཡིན། །མདོ་བ་རྩ་ཡི་ལག་དོང་ཡིན། །བཤམ་པ་སྟོང་གི་དམེ་གྱི་ཡིན། །ཐིག་  
 པ་ཅན་གྱི་མཉོལ་ཁུ་ཡིན། །གཏང་ན་སྒོ་བ་ཕུག་མཁན་ཡིན། །གྲོས་ན་སྒོ་ངན་  
 བསྐྱེད་པའི་ཡིན། །བཙོལ་ན་སློག་ལ་མོལ་མི་ཡིན། །བསྐྱེད་ན་བཙན་དུག་སྟེར་  
 མི་ཡིན། །ཁ་དགར་བ་འོ་མའི་ཟང་ང་ཡིན། །གཏིང་ནག་སོལ་པའི་ཁྲོན་པ་  
 འདྲ། །ཅི་བཏབ་ཅི་ལ་ཐ་ཆད་ཡིན། །ལྷག་པར་ནད་པའི་མོ་ལ་ངན། །རྩ་  
 རྩུག་བྱེད་ན་དེ་བས་ངན། །བདག་པོ་འཆི་ཞིང་འོག་རྩ་འབྲལ། །ཁོ་བ་ཅན་  
 གྱི་སྒྲེ་དོ་ཡིན། །ལྷ་གསོལ་བྱེད་པའི་མོ་ལ་ངན། །རྩ་ནང་བརྩུང་རྩ་མཆང་བྱི་  
 རུག་གས། །རྩི་འཛོག་ན་དེ་བས་ངན། །རྩ་སློག་པགས་པ་བཤུ་དོ་ཡིན། །  
 རྒྱན་མ་འགོ་ན་དེ་བས་ངན། །རྩར་ཐོབ་ལས་ཀྱང་ཡར་ཤོར་མང། །ཡུལ་  
 མཁར་སློན་ན་དེ་བས་ངན། །དུ་ལའི་མཆོར་ལ་སང་ཐོད་དམོད། །ལོ་མལ་  
 བརྩ་གཉིས་གར་བབ་ཀྱང། །ལོ་བ་དེ་ལ་བདུད་ཆད་ཡིན། །ཅི་བཏབ་ཀུན་  
 ལ་ངན་པ་ལ། །ཡ་མ་ནག་པོ་བཙོས་ཉིན་བཟང། །ཡ་མ་གོགས་ལས་ཐར་  
 དོ་ཡིན། །རྩོན་པ་བྱི་བྱིད་མོ་ལ་བཟང། །རྩོན་པའི་ཡོབ་ཆེན་ཁྲག་གིས་གང། །  
 མགྲོགས་པའི་གཞི་ཉེ་ཉིན་བཟང། །མཆོས་ཅན་གྱི་གཤེད་མ་ཡིན། །ལྷག་

པར་འདི་ལན་དམར་ཐོག་ན། །མཁྱོག་གི་ཤ་བྱི་གཟེན་དང་སྤ། །དིང་དིང་  
 སློན་མཁར་དམར་པོ་འདིའི། །ཁ་ལ་སོལ་རིས་ཆགས་ན་བཟང་། །ལན་དུ་  
 བག་ཐོག་བབ་པ་ན། །སློན་མཁར་ཁ་ལ་སོལ་རིས་ཆགས། །འདི་གཅིག་  
 ལ་གཞི་འཛིན་ནད་གིས་ཟེན། །གཞི་ལ་དམེ་དང་བཙོག་གི་ངོ་། །གཉིས་  
 ལ་བྲན་ས་འདྲེ་ཡིས་བཟུང་། །སློ་བྱི་ནད་བར་གྱི་འདྲེ་ངོ་ཡིན། །གསུམ་ལ་  
 རྒྱུད་གསུམ་བཙན་གྱིས་བྱེད། །དེའི་ནད་དང་དུར་སླི་ལང་ངོ་ཡིན། །བཞི་  
 ལ་མཛོད་ཁང་འདྲེ་ཡིས་བཟུང་། །ཁོར་ལྷགས་མོ་ལ་ལྷག་པར་ངན། །ལྷ་  
 ལ་སློན་པོ་མི་རྒྱུན་ཆས། །མག་པ་བུ་སློན་བྱོགས་གྱི་འདྲེ་ངོ་ཡིན། །དྲུག་ལ་  
 བྱིས་ས་འདྲེ་ཡིས་བཟུང་། །ལྷགས་པོའི་གཞི་བྱ་འདེབས་ཉིན་ངན། །བདུན་  
 ལ་མདོ་བ་གཙོང་གིས་ཟེན། །པ་ཆེན་སློ་བྱ་འདེབས་ཉིན་ངན། །བརྒྱད་ལ་  
 ལྷ་ས་འདྲེ་ཡིས་བཟུང་། །བརྗེན་ད་པའི་མོ་ལ་ངན། །དགུ་ལ་པོན་པའི་དབལ་  
 རུ་ཆག །པོན་པའི་རྒྱུ་པ་བྱེད་ཉིན་ངན། །བརྒྱལ་བྱིས་ས་སློན་གྱིས་སློག།  
 མ་བྱི་ནད་མའི་མོ་ལ་ངན། །བརྒྱ་གཅིག་ལྷ་ས་འདྲེ་ཡིས་བཟུང་། །དམེ་མགོ་ལ་  
 བཙོག་གི་བསྐལ་པ་དར། །བརྒྱ་གཉིས་ལ་ཁེ་ཆེ་བདེ་མི། །བྱང་འདྲེ་འབྲམས་  
 པོས་བྱང་དུ་བྱེད། །བརྒྱ་གསུམ་དབག་བསམ་གིང་གི་རྩེར། །འདྲེ་སློན་བྱར་  
 ཆང་བཙས་པ་ཡིན། །ཅི་བཏབ་ཀུན་ལ་ལྷག་པར་ངན། །ཡ་མ་ནག་པོ་ཨི་  
 ཐར་དང་། །མཁྱོགས་པའི་ཤ་བྱི་ཉི་པ་དང་། །རྩོན་པ་བྱི་བྱིང་མོ་དང་ནི། །  
 ཤ་ལེན་གཉིས་བཀུག་བྱེད་པ་དང་། །དུན་དུན་ནད་པའི་མོ་དང་ནི། །རྣམ་

པ་ལྷ་ལ་བཟང་བར་བཤད། །ལད་འབྲུགས་ཅན་གྱི་མོ་ལ་བཟང་། །འདྲེ་  
 མིན་བྲག་གིས་བཅད་པ་ཡིན། །ནད་པ་མིན་མཁར་ནང་དུ་རྒྱུད། །དུན་དུན་  
 བད་པ་མི་འཆི་ཟེར། །འདི་ཡི་ལན་དུ་བྱ་ཡུན་ན། །མིན་མཁར་ཁ་ལ་ཉི་ཤར་  
 རོགས། །ལལ་ཆེར་ནང་མཁར་སྐབས་དང་འདྲ། །ལན་དུ་དམུ་དག་བབ་  
 པ་ན། །མིན་མཁར་ཁ་ལ་ལྷོན་གིང་འབྱུངས། །གསུམ་གྱི་མིན་ཐོག་བཞི་  
 བྱ་ཡུན། །གལ་བར་བབ་ན་རྒྱུད་གསུམ་གྱི། །སྐྱུ་མཁར་མིང་ནས་རྒྱུགས་པ་  
 ཡིན། །བཞི་བརྒྱད་དང་ནི་བརྩ་བརྩ་གཅིག །དེ་བཞིན་འབྲིང་རྒྱུད་ཆེ་རྒྱུད་  
 བཟང་། །གཅིག་ལ་མིན་ཐོག་བརྩ་གཅིག་གི །གལ་བར་ཐོད་དཀར་བབ་  
 པ་ན། །ས་བདག་སྐྱུ་མཁར་རྒྱུགས་པ་ཡིན། །གསུམ་གྱི་མིན་ཐོག་བཞི་གལ་  
 བར། །རྒྱུད་གསུམ་སྐྱུ་མཁར་རྒྱུགས་པ་ཡིན། །མིན་མཁར་ཁ་ལ་དབའ་མཁར་  
 བཅིགས། །གསུམ་གྱི་གལ་བར་བཞི་མིན་ཐོག །རྒྱུད་གསུམ་སྐྱུ་མཁར་མིན་  
 བོས་ཐོག །བདུན་བརྒྱད་དང་ནི་བརྩ་བརྩ་གཅིག །དེ་དང་འདི་བར་བསྐྱེས་  
 ཉེ་ཤས། །གཅིག་གི་གལ་བར་ཐོད་དཀར་དང་། །བརྩ་གཅིག་མིན་པོ་མི་  
 ཉེ་བབ། །པོད་གྱི་སྐྱུ་མཁར་མིན་བོས་བསྐྱེལ། །གདོན་ནི་ཡུལ་པའི་སྐྱུས་  
 བག་གདོན། །གསུམ་གྱི་མིན་ཐོག་བཞི་ལྷ་ས། །ཡར་གྱི་དིང་མོ་གལ་བབ་  
 བ། །རྒྱུད་གསུམ་སྐྱུ་མཁར་རྒྱུགས་པ་ཡིན། །རྒྱུད་གསུམ་མི་ཐོག་དར་ཡང་  
 བང་། །བདུན་བརྒྱད་འབྲིང་རྒྱུད་བརྩ་བརྩ་གཅིག །ཆེ་རྒྱུད་མི་ཐོག་དར་ཡང་  
 བང་། །བརྒྱུན་ན་མི་རབས་བརྒྱུག་ཡུལ་བཟུང་། །བྱ་མཆོ་མ་དག་ནི་ཡོད་

དུས་སུ། །སྐྱུ་ཆེན་བརྒྱུག་པའི་རིམ་གྱོ་གྱིས། །གསལ་མཁར་བརྩིགས་  
 ལ་ལ་གསོས་བྱ། །གཅིག་གི་གཤུག་ཉིས་སྟོན་ཐོག་པོད་མཁར་ནག་པོ་  
 རྒྱུ་ཡིས་བཅོམ། །བཞི་ལྷ་པོད་མཁར་འཇང་གིས་བཅོམ། །བརྒྱད་དགུ་པོད་  
 མཁར་གཉན་གྱིས་བཅོམ། །བརྒྱ་དང་བརྒྱ་གཅིག་དེ་འདྲ་ན། །པོད་མཁར་  
 ནག་པོ་ངམ་གྱིས་བཅོམ། །གཅིག་གི་ཁ་ལང་གཉིས་སྟོན་ཐོག་པོད་གྱིག་ལུ་  
 འབྲུག་སྟོན་མོ་དེས། །རྒྱ་ཡི་བཅོན་མཁར་བཅོམ་པ་ཡིན། །དེ་བཞིན་བཞི་  
 དང་ལྷ་ལ་སོགས། །ཕྱི་ནང་བབ་ལན་བསྐྱེས་ཏེ་ཤེས། །དམག་ཇག་གཉིས་  
 གྱི་མོ་ལ་བཟང་། །ལར་སྟོད་སྟོད་ཕྱི་ནང་གར་བབ་ཀྱང་། །མཐའ་མིག་ཁ་  
 འཛིན་ཤེད་གཅོད་དང་། །ཁ་ལན་རྒྱང་ལན་བབ་ཚུལ་སོགས། །ཞིབ་པར་  
 བཏགས་ལ་ཁ་དམར་གདགས། །མོ་རྟའི་རྩ་བ་ཕྱོགས་གྱིན། །མཁར་  
 སྟོ་འདི་ལ་བརྒྱག་སོང་བར། །ཞང་ཞོང་ཐུག་པས་མིང་བཏགས་པ། །དིང་  
 དིང་རམ་རམ་ནག་པོ་ཟེར། །ཞང་ཞོང་བར་བས་མིང་བཏགས་པ། །དིང་  
 དིང་ལ་ཆོམ་དགུ་རིས་ཡིན། །ཞང་ཞོང་སྟོ་བས་མིང་བཏགས་པ། །སྟོན་ནག་  
 རྒྱུ་མི་སྟོ་དམར་ཡིན། །ཡང་དག་གཤེན་གྱིས་མིང་བཏགས་པ། །རྩ་ཚོ་ཐག་  
 གི་ཁ་སྤུ་ཅན། །པ་ནི་སྟག་རྒྱལ་རིང་མོ་ཡིན། །མ་ནི་སྟགས་རྒྱང་མཁན་མོ་  
 ཡིན། །བུ་ནི་རྩ་སྟོ་གཏོས་དམར་ཡིན། །དིང་དིང་ཟང་པའི་མཐར་ཐུག་ཡིན། །  
 ནག་པོ་དམུ་ཡི་ཐུང་སྟོ་ཡིན། །དིང་དིང་རྒྱུ་ཡེར་རྒྱུ་མཐའི་བྲག་ཐེ་  
 སྟོད་རྒྱན་པོ་བཅོ་བརྒྱད་ཀྱི། །གོ་ལ་ཐུག་ཅན་གྱི་པ་དེ་ཡིན། །ཤ་བ་ཆོ་ཟང་

མཐའ་ལ་ཞེན། སྒྲོན་ཁྲ་མོ་འཕྱོར་དུས་བྱེད་པའི་བྲག་མི་ཆཀ་གི་བའི་དོ་  
 མ་ཡིན། ཏྲ་ཆཀ་སྒྲོན་གི་སྒྲུམ་ལག་ཡིན། གཡག་ཆཀ་བཤའ་བའི་གི་དམར་  
 ཡིན། འངས་གཡག་བཤས་པའི་སྒྲོ་དམར་ཡིན། ཆོ་ཟད་བྲག་ལ་ཡར་བ་  
 ཡིན། ཆོད་ཆཀ་འདབ་མ་ཟད་པ་ཡིན། སྒྲོ་བྲག་རྒྱུང་གསུམ་འདི་ལ་ཆང་། །  
 བྱིན་པར་ཡང་འགྲུལ་མི་རུང་། གཡ་ཏེ་བབ་ན་བསྐྱང་བརྒྱ་དང་། མར་  
 མེ་འབྲུལ་ཞིང་བསྐྱར་གཏོ་བྱ། འང་གི་གཉན་ས་གར་བབ་ཀྱང་། གཞི་  
 ལྷར་བཏབ་ན་མི་ཁོར་བརྒྱག་ གཞི་དེ་ལན་གསུམ་འཐོར་ངོ་ཡིན། རྒྱས་  
 ལྷར་བཏབ་ན་རྒྱས་འཆོར་ངོ་། གནག་ལྷར་བཏབ་ན་བཤའ་གི་ཡིན། ཁོར་  
 གྱི་གཡང་བརྒྱག་གོད་སྒྲོང་ངོ་། ཏྲ་ལྷར་བཏབ་ན་གི་འཐོར་ངོ་། ལོ་ལྷར་  
 བཏབ་ན་ལོ་ཉེས་ཡིན། དམག་ཇག་གཉིས་ལ་མདུན་ངོ་ཡིན། རྒྱད་པར་  
 རྟག་ཏྲ་བྱི་གསུམ་པོ། འཆི་བར་ངེས་པའི་ལོ་བྲག་ཡིན། བཅུ་གཅིག་བཅུ་  
 གསུམ་ལ་བབ་ན། མི་ཆཀ་གི་དང་གཡག་ཆཀ་བཤའ། ཏྲ་ཆཀ་མི་གཏོང་  
 ཀ་མེད་ཡིན། མནའ་དང་ངོ་གི་ད་བྱས་པས་ལན། ཡང་ན་དམེ་མཁོ་ལ་བཙོག་  
 གིས་ལན། གཅིག་ལ་གཞི་འཛིན་དུར་སྤྲི་ལང་། གཞི་དེ་དགྲུང་ལ་ཡར་  
 ངོ་ཡིན། གཞི་འཛིན་ལོ་ཡི་ཆོ་ཆད་ཡིན། ཅི་བཏབ་ངན་ཀྱང་རྫོན་པ་བྱི་བྱིད་  
 བཟང་། མི་བྲགས་ཁུ་རུ་བྱི་ལ་བཀལ། ཡ་མ་ནག་པོའི་མོ་ལ་བཟང་། །  
 ཡ་མ་ནག་པོ་རྟ་ཐོག་ཐུད། གཉིས་ལ་བྲན་གྱི་དུར་སྤྲི་ལང་། རྒྱང་སྤྲིས་སྒྲོ་  
 ཉལ་བྱས་པ་ཡིན། རྒྱད་པར་བུ་མེའི་ཆོ་ཆད་ཡིན། བྲན་བྱི་ཉོ་ཆོང་བྲས་





བས་སྒྲིག། །གསུམ་ལ་ཆུང་གསུམ་དྲུང་ཁ་སྒྲེ། །འུ་ཚ་གཅེས་པའི་ཆོ་ཚད་  
 རྫོགས། །ཆུང་སྒྲི་དྲུང་སྒྲིས་འགམ་ལྷགས་བདེག། །བྱུང་པར་གཞི་ལྷ་ཆུང་  
 གསུམ་ངན། །བཞི་མཚུན་གྱི་གཡང་ར་སྒྲོ་ཁྲག་གང་། །ལྷག་པོའི་ནོར་ལྷ་  
 འདེབས་ཉིན་ངན། །ཆོང་པའི་མོ་ལ་བཟང་བ་སྒྲེ། །ཤ་སྒྲོ་ཤ་སྒྲོར་ནས་ཀྱིས་  
 གང་། །ལྷ་ལུ་སྒྲིང་མག་པའི་དྲུང་རོ་ཡིན། །རྫོན་པ་གཅིག་གི་མོ་ལ་བཟང་། །  
 དུག་མོ་བཅུན་དར་མའི་དྲུང་རོ་ཡིན། །ཁྱིམ་ལྷ་ལུ་མོའི་སྒྲིང་འག་ཁང་། །  
 བདུན་པ་སྒྲུག་གི་རོ་རྟ་ལ་བཀལ། །གཞི་སོགས་ཅི་བྟུང་བ་ན་ན་ཡང་། །ཤ་  
 རྟ་ཉི་པའི་ཉིན་པར་བཟང་། །ཤ་རྟའི་གོང་ནས་ཤ་ལ་ན་ལོན། །བརྒྱད་ལ་  
 བརྒྱེན་དཔར་ངན། །བྱུང་པར་ལྷ་སྒྲུང་སྒྲུབ་ཉིན་ངན། །པ་ལྷེས་ལྷ་སྒྲུང་ལུན་  
 པར་འབུམ། །དགྲུ་ལ་པོན་གྱི་གསལ་མཁར་ཞིག། །པོན་པོ་ནད་པའི་མོ་ལ་  
 ངན། །རྫོན་པ་ཁྱི་ཁྱིང་མོ་ལ་བཟང་། །རྫོན་པའི་ཤ་ཁུར་རི་བས་ལྷེ། །བཅུ་  
 མ་ཁྱི་ཆེ་རྒྱུད་མོ་ལ་ངན། །སྒྲིང་འཆད་ལུད་མེད་འགག་གིའི་རོ་། །ཅི་བྟུང་  
 ཅི་ལ་ངན་པ་ལ། །སྒྲུང་པོ་ཁེ་ཆོང་མོ་ལ་བཟང་། །བཅུ་གཅིག་ལྷ་ས་འདྲེ་  
 ཡིས་བཟུང་། །མི་ཆེན་ནད་པའི་མོ་ལ་ངན། །དོ་མ་རྟ་རྒྱག་མོ་ལ་བཟང་། །  
 དྲ་མ་ཡང་ལྷ་བ་བྱེད་ན་བཟང་། །ལྷས་མ་ཁྲག་ཟད་མོ་ལ་བཟང་། །ཤ་ལུས་  
 འཆོབ་ནས་སྒྲས་མ་སོས། །རྫོན་པ་ཁྱི་ཁྱིང་མོ་ལ་བཟང་། །སྒྲེ་སྒྲོད་ཤ་ཡིས་  
 གང་རོ་ཡིན། །ཆུང་གསུམ་ནད་པར་བབ་པ་ན། །ལྷགས་ཀྱི་སྒྲོ་གསུམ་ཐང་  
 ལ་སོས། །དེ་ཡིས་ནད་པ་སོས་པའི་གཏོ། །ཡ་མ་ནག་པོའི་མོ་ལ་བཟང་། །

ས་བདག་མགོ་བོ་དྲུར་ནག་ཡིན། །བཙུག་ཉིས་དཔལ་ཆེན་དག་ལ་ཆ་ཉིན་  
བཟང་། །དག་མཁར་པབ་ནས་དག་བོ་བསང་། །བཙུག་སུམ་སྟེང་དུ་བབ་པ་  
ན། །པ་ཀན་གྱི་ནས་གཡག་ཀན་བཤས། །རྟ་ཀན་མི་གཏོང་ག་མེད་ཡིན། །  
མནའ་དང་སྟིག་པ་བྱས་པས་ལེན། །རྩོན་པ་ཁྱི་ཁྱིད་ཤ་དང་ལྷད། །ཡ་མ་  
ནག་བའི་མོ་ལ་བཟང་། །མོ་དྲུར་འདེབས་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །དེ་མིན་ཀུན་  
ལ་ངན་པ་ཡིན། །དིང་དིང་འུག་པ་རྒྱ་ཡེར་བྲག་ །འུག་པ་ཡིན་ནམ་མ་ཡིན་  
དེ། །བྲག་ལ་རྒྱ་རི་ཡི་བྲག་བཟ། །ལན་དུ་སེ་སྟོང་ནག་ཐོག་ན། །བྲག་ལ་  
རྒྱ་རི་བྲག་པ་ཡིན། །དག་གཞི་དཀོར་གསུམ་ཀུན་ལ་བཟང་། །སྟག་པར་  
རྒྱས་ཕུ་འདེབས་ན་བཟང་། །བརྗེས་ན་ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན། །གཅིག་གི་  
རྒྱ་སྟོང་ལན་སང་ཁམས། །མེ་འོད་བསྐྱལ་པའི་ཉི་མ་ཤར། །བཙུག་ཅིག་  
རྒྱ་སྟོང་ལན་གལ་པར། །མི་རབས་མིང་གི་མང་མདུད་གྲོལ། །གཅིག་གི་  
གཏུག་ཉིས་རྒྱ་སྟོ། །པོད་ཀྱི་རྒྱ་མཁར་རྒྱ་ཡིས་བཙོམ། །དེ་བཞིན་བཞི་ལྔ་  
སོགས་ལ་བསྐྱེས། །གཅིག་གི་ལྷགས་ཁ་གཉིས་རྒྱ་སྟོ། །པོད་ཀྱི་རྒྱ་མཁར་  
རྒྱ་ཡིས་བཙོམ། །བཞི་ལྔ་ལ་སོགས་དེ་བཞིན་བསྐྱེས། །རང་སར་དཔའ་བོ་  
ཁས་དྲག་བབ། །ཐུན་ཀྱི་རྒྱ་མཁར་རོ་སོ་མཐོ། །རང་གི་དཔའ་བོའི་མདུང་  
རལ་གྱིས། །དག་ཡི་མཁར་རྫོང་ཅེ་ནས་བཙོམ། །གསུམ་གྱི་རྒྱ་སྟོ་བཞི་  
དངས་མ། །རྒྱ་རྒྱུད་འཕེལ་ཁ་རྒྱགས་པའི་མོ། །བདུན་བརྒྱད་དང་ནི་བཙུ་  
བཙུག་ཅིག་ །འབྲིང་རྒྱུད་དང་ནི་ཆེ་རྒྱུད་དོ། །གཅིག་གི་རྒྱ་སྟོ་བཙུག་ཅིག་

ལ། །སང་ཁམས་དངས་མ་བབ་བ་ན། །དགུང་རྩོན་འཕེལ་ཁ་ཚུགས་བ་  
 ཡིན། །སྐར་ཕྱན་མཁའ་ནས་ཤར་བ་ཡིན། །བདུད་ཀྱི་ཚུས་བརྒྱད་སང་  
 ལིང་། །དཀར་ཐོག་མི་གངས་རྒྱུད་མདུད་གྲོལ། །ཅི་བདེ་བཅི་ཡི་མོ་ལ་བཟང་།  
 །དེ་བཞིན་ལན་རྒྱུ་སུ་ཅི་རིགས་པར། །ཡལ་ཆེར་རྩོན་ཐོག་སྐབས་ལྟར་དབྱད།  
 །སྒྲོས་ན་ཤིན་ཏུ་མང་མོད་ཀྱི། །ཅུང་ཟད་ཅམ་ཞིག་འདིར་བསྟན་པའོ། །  
 །དིང་དིང་གཡས་ལ་ཁོག་བརྒྱག་སོང་། །ལག་བ་གཡས་ཕྱོགས་མདུད་མགོ་  
 གཉིས། །གཡོན་ལ་ལྟག་མ་བཞིལོད་ན། །ཡ་ཆ་གྲོག་གི་སྒྲུང་རི་ཡིན། །ཡ་  
 ཆ་མོད་ཀྱི་མཁའ་ཁེབ་ཡིན། །གསལ་བ་འོད་ཀྱི་སྒྲོ་བྱང་ཡིན། །གཡས་སྒྲུང་  
 ལྟ་ཡི་དཔའ་དར་ཡིན། །དིང་དིང་ཆང་གི་པ་ཤན་ཡིན། །ཡ་ཆ་སྒྲུང་མགོ་  
 དཀར་པོ་འདི། །སྤྱིང་བ་ལྟ་ཡི་གསོལ་ཟན་ཡིན། །དབྱ་གཞི་སྒྲོར་གསུམ་  
 ཀུན་ལ་བཟང་། །གཡོན་མོ་རྟོ་རྩེ་སྒྲུ་ཁོག་བརྒྱག་ན། །གཡོན་སྒྲུང་  
 དུ་ཡི་དཔའ་དར་ཡིན། །དིང་དིང་ཆང་གི་པ་ཤན་ཡིན། །དིང་དིང་མ་ཆ་  
 སྒྲུང་མགོ་ཡིན། །མ་ཆ་བྱ་བོར་ཞེས་ཀྱང་ཟེར། །མ་ཆ་བྱུང་གི་ག་ཆང་ཡིན། །  
 མདོ་ཁམས་ཐུན་པའི་གྲིང་པར་ཡིན། །གྲོད་ཀྱི་གཞི་མ་ཆང་རོ་ཡིན། །  
 །བརྒྱག་ཁ་ལག་གིས་མ་ཟེན་ཀྱང་། །གཡས་ཀྱི་ཕྱོགས་སྒྲུ་ཉེ་བ་ན། །བ་མཁའ་  
 གཡས་པ་ཞེས་ཀྱང་བྱ། །བ་མཁའ་གཡས་ཤོར་གྱི་བླ་རྟགས་ཡིན། །  
 །དེ་བཞིན་གཡོན་གྱི་ཕྱོགས་སྒྲུ་ཉེ། །འཁའ་ལ་གཡོན་པ་ཞེས་ཀྱང་བྱ། །མཁའ་  
 གཡོན་གྲོད་ཀྱི་སྒྲ་ཐག་ཡིན། །གཡས་གཡོན་མདུད་སྒྲོ་གསུམ་གསུམ་

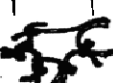





སྟེ། འིང་འིང་དབྲུལ་ལ་བརྒྱུག་སོང་ན། འདབས་སྒྲུར་བྱ་ཡི་དཔའ་དར་ཡིན། །  
 ལྷ་དམུ་གཙུག་གསུམ་གྲོལ་ལྷག་ཡིན། འིང་འིང་རྒྱལ་པོ་བརྒྱུག་ཅན་ཟེར། །  
 ལ་ལས་བསེ་རུ་གྲོག་རྟེན་ཟེར། ལུ་ཚ་པ་ལ་ལྷང་མི་ཡིན། ལ་ལུ་རི་ལའང་  
 བྱེད་པའི་བརྒྱུག ལམ་རྟོ་རྟ་བཤའ་བའི་བཤའ་གྱི་ཡིན། ལམ་རྟོ་རྟ་རྟ་རྟ་མོ་  
 ལ་ངན། རྟེན་པ་ཚོལ་བའི་མོ་ལ་བཟང་། རྟོག་སྤར་སོང་བས་ཀྱང་བྱི་འོང་  
 ཚེ། ~~ལྷ་དམུ་གཙུག་གསུམ་གྲོལ་ལྷག་ཡིན།~~ རོག་རྟ་བའི་ཡོད་དེ་  
 ལས་ནི། ~~ལྷ་དམུ་གཙུག་གསུམ་གྲོལ་ལྷག་ཡིན།~~ རོག་རྟ་དང་བཅས་གཉིས་པོ་འདི། འིང་འིང་ལང་ཚ་  
 འཕྲེད་སྒྲིལ་ཟེར། འདྲ་གཞི་སྒྲོར་གསུམ་ཀྱན་ལ་པཅིག་འདི་གཉིས་ལ་ཡ་ཚ་མ་ཚ་ཟེར་  
 ཀྱང་མི་ཡིགས་འདྲ། བཟང་། ~~ལྷ་དམུ་གཙུག་གསུམ་གྲོལ་ལྷག་ཡིན།~~ ཡ་ཚ་མ་ཚ་གཉིས་འདོམ་མམ། ~~ལྷ་དམུ་~~ ལ་  
 མཁལ་གཡས་གཡོན་གཉིས་འདོམ་ན། འིང་འིང་གོད་པ་རྩུ་གསུམ་ཟེར། །  
 རྟན་མ་ལུ་འབྲུད་པའི་འགྲེལ་ཐག་ཡིན། རྟེན་ས་དང་མདུན་མ་བསྒྲིག་ན་  
 བཟང་། ~~ལྷ་དམུ་གཙུག་གསུམ་གྲོལ་ལྷག་ཡིན།~~ རྟེན་འོག་གཉིས་སུ་ཁོག་བརྒྱུག་ཏེ། ཡོད་པ་ཡོད་ལུང་ར་  
 གསུམ་ཟེར། ཡོད་ནི་སྒྲུར་གསུམ་རྩུལ་དུ་ཡོད། རྟེན་ལུང་འཁོར་གསུམ་  
 བསྒྲོར་བ་འདྲ། འདྲ་གཞི་དུར་གསུམ་ཀྱན་ལ་བཟང་། ཡོད་ལུང་ནང་ན་  
 མེར་མི་སྒྲིད། འདབས་པོ་ལོ་ལོ་ལ་བཟང་། ཡང་སྒྲུམ་རྟན་འདྲ་བ་  
 གཅིག་འོང་ན། ~~ལྷ་དམུ་གཙུག་གསུམ་གྲོལ་ལྷག་ཡིན།~~ མེད་ལུང་ར་གསུམ་བྱ་བ་ཡིན། མེད་ལུང་སྒྲོང་པ་  
 སྒྲོ་བཅར་ཡིན། ལ་ལྷགས་པོ་རྒྱུད་པའི་དབྲུལ་འདྲེ་ཡིན། ~~ལྷ་དམུ་གཙུག་~~ འདི་ལྷ་ར་  
 འིང་འིང་ཡིན་པ་ལ། རྟེན་ལ་པར་འདུས་རྩུར་འདུས་ནས། རྟན་འོག་མང་

བོར་གྱུར་པ་ན། འིང་དིང་ནཔ་ར་ནཔ་རེ་བཟུང་། འཇམ་གཡག་བཤའ་བའི་  
 རྒྱ་མ་ཡིན། འོར་གྱི་མོ་ལ་བཤའ་གི་ཡིན། འོད་ཁ་དང་ནི་སད་མེར་ངོ་། །  
 གཙང་བཙོག་བཟང་ངན་འདྲེས་པ་ཡིན། འལྟ་འདྲེ་འབྲུགས་པའི་གཞི་མ་  
 ཡིན། འལར་དིང་དིང་འོག་གི་བརྒྱག་ཚུལ་ལའང་། མདུད་སྒོ་ལག་པས་  
 ཟེན་ཚུལ་སོགས། འབྲུ་ཏུ་སྒྲུ་རིས་བྱེ་བ་ན། རྣམ་པ་མང་ཞིག་མཆིས་མོད་  
 གྱི། འདིར་མདོ་ཙམ་རགས་པར་བརྗོད་པ་ཡིན། འདི་ནས་ར་གཉིས་བརྒྱག་  
 ཚུལ་ལ།  ཁ་ལེ་ལྷགས་ཁྲ་གཉིས་བརྒྱག་ན། འིང་དིང་ག་སྤལ་གོ་  
 སྤལ་བརྒྱག་ འཛེར་མ་མི་ལུས་འབྲུག་མགོ་ཙན། འཇམ་ག་ཆེན་མིན་པས་མི་  
 འབྲུག་གོ འལྟ་འདྲེ་ས་འཇམ་མོ་ལ་ངན། འལ་རབ་ཆེ་རིང་མོ་ལ་བཟང་། མཚོ་  
 རྒྱུ་པ་ཙན་ལ་ཉ་སྤམ་འཁོར། འི་སྤྲུག་པ་ཙན་ལ་ག་རྒྱུང་འཁོར།   
 དེ་བཞིན་ཁ་ལེ་བྱེ་བེར་འདོམ།  ཁ་ལེ་གཏུ་འདོམ་པ་ན། འིང་དིང་  
 རྩོ་སྤྲུག་སྤྲུགས་མོ་ཡིན། འལྟ་རྣམས་ཀུན་གྱི་དམག་བསྐྱུས་ནས། འཇམ་ག་  
 དཔོན་ལྟ་དབང་བརྒྱུ་བྱེན་ཆས། འདྲུག་གཞི་གང་གི་མོ་ལ་བཟང་།   
 ཁ་ལེ་སྤྲུག་སྤྲུག་གཉིས་བརྒྱག་ན། འིང་དིང་ལྟ་སྤྲུག་སྤྲུག་བརྒྱག་ གསེར་  
 མཁར་བཙན་པའི་འོལ་གྱིས་བསྒྲོར། མཐོ་བྱེད་འཕུལ་འཕྲུག་བྱེད་མི་ཡིན། །  
 དཔའ་བྱེད་དམག་སྤྲུ་བྱིད་མི་ཡིན། འོག་ན་ལུན་པ་ནག་པོ་བྱེས། རྩེད་ན་  
 ཤེལ་གྱི་སྒྲར་མ་བཟ། འནག་པོ་དབྲུ་ཡིས་མི་བྱབ་པའི། འབྲུགས་བཞིར་སོ་  
 བ་བཞག་ནས་ཡོད། འཇམ་རྒྱུན་རྒྱུན་མས་མི་རྩུགས་པའི། ཉན་པའི་བྱི་

བཞིས་བསྐྱར་ནས་ཡོད། །ཟུང་ལ་ཐོག་གིས་མི་འཛིགས་པའི། །ཡེ་ཤེས་  
 ཁྱོ་བོའི་ཕྱག་རྒྱ་ཡོད། །ཕྱོགས་བཞིའི་དག་བཞིས་མི་ཚུགས་པའི། །སྤྱི་ཚུ་  
 ངར་མའི་ཕ་བོང་ཡོད། །འདི་བ་ཁོག་གསུམ་བབ་མི་ཁོར་འཕེལ། །གནས་  
 མལ་གསུམ་དུ་བབ་བ་ན། །དམག་དག་གཉིས་ལ་གང་རྒྱལ་བལྟ། །དེ་ཡང་  
 འདི་ལྟར་བཤད་བ་ཡོད། །དལ་དཀར་སྒྲོན་པའི་ཉིན་ལ་ཅེ། །མིན་ཐོག་ངམ་  
 གྱི་མིའལ་འགྲིམ། །ཉིན་གྱི་སྒྱུ་བོ་རུ་རིང་དང། །མིའལ་གྱི་ནག་པོ་ཁྱེ་ཡོར་  
 གཉིས། །མ་གཅིག་སྒྲིམ་ལ་ཆད་བ་ནས། །མ་ཐུག་མ་ཐུག་ཉིན་གཅིག་ཐུག།  
 རྒྱུ་རྒྱུད་གྱི་ཅེ་མོ་ཅེས། །མྱོ་རྒྱུག་གི་རུ་འཛིང་བྱུང། །དག་རོ་ཁ་བ་བབ་  
 པ་འདྲ། །ཟུན་རོ་སྤངས་མ་ཉིལ་བ་འདྲ། །ཞང་མཆོན་གཉིས་ལ་དམེ་གི་འོང་།  
 །དག་ཟུན་གཉིས་ལ་དམེ་གི་འོང་། །འདིར་བརྒྱུག་ཁའི་སྒྲེལ་གང་རིང་བལྟ། །  
 དལ་དཀར་རིང་ན་རང་རྒྱལ་ལ། །མིན་ཐོག་རིང་ན་དག་རྒྱལ་ལོ། །མྱི་ས་  
 བཞི་བོ་གར་བབ་ཀྱང། །ཟུང་ཁོར་གཉིས་ཀ་དག་ལ་ཤོར། །ནད་པ་ཆོབ་  
 ཆེན་འབྲལ་དུ་འཆི། །གྱི་འདུལ་སྤྲུགས་པ་འབྲུལ་དུ་འཆི། །འོན་ཀྱང་སྒྲོག་  
 ཅན་གྱི་དུར་སོ་ཡིན། །ཁ་ལེ་ཚུ་ཚུ་ཡང་དེ་འདྲ། །དིང་དིང་གཤད་  
 སྒྲེགས་བྱེད་ཡིན། །མྱི་སྤྲུག་གསོས་ན་མི་ཁོར་དར། །ལྷགས་ཁ་བྱ་  
 ཤིང་གཉིས་བརྒྱུག་ན། །བཤད་པ་ཁ་ལེ་བྱ་ཤིང་དང། །ཕྱོགས་འདྲ་བཟང་  
 བའི་མོ་མདུད་ཡིན། །ལྷགས་ཁ་གཙུ་འདོམ་པ་ན། །དིང་དིང་ཉི་  
 འོད་གསལ་བ་ཡིན། །ཉི་ཟླ་ཁ་སྒྲོད་ཅེས་ཀྱང་བྱེད། །ལྷགས་ཁ་ལག་གི་ཟུན་

བ་ན། འིང་དིང་གཡུ་མིག་ཆབ་མ་བརྒྱག །ལུ་ཡི་ལྷ་བྲག་དཀར་པོ་ལ། །  
 རྒྱུ་གྲག་གཉིས་ཀྱི་ཆང་བཅས་ནས། ཆང་ལ་རྒྱུ་དང་ཐོག་མི་འཛིགས། །  
 བཅོན་པོའི་རྫོང་མཁར་འཛིན་ན་བཟང་། འདུས་པ་མ་ཆེར་འཛིན་ན་བཟང་། །  
 མདའ་ཡི་མ་པམ་གཡུ་མཆོ་ལ། ཉ་སྒྲམ་གཉིས་ཀྱི་ཆང་བཅས་པས། ཆང་ལ་  
 དོལ་དང་རྒྱས་མི་འཛིགས། འོ་གསུམ་ནང་ནས་ཡང་ཆ་མཐོང་། ལུ་ལ་བཟུང་  
 མཁར་ཕྱི་ག་བྱུང་ན་བཟང་། ཉིན་གྱི་ཤུག་པ་ལོ་རྒྱས་ལ། བྱ་བྱུང་ཆེན་ཆང་  
 བཅས་གསུང་སྟན་སྟོགས། ལུག་གུ་ལྷ་གསུམ་བཅོ་ལྷ་ཆར། རྒྱུ་སྟན་ཐོས་  
 པའི་འཕྲིན་པ་སྟེབ། སྤྱི་བ་ཀྱི་སུ་རུ་དོན་གླིང་དེར། ཤ་བ་ལུ་མོས་ཤེའུ་བསྐྱུང་། །  
 བསྐྱུང་ལ་ཐོག་ཤལ་མེད་པ་འོང་། རྒྱུགས་སུ་བབ་པའི་ལོ་གངས་བཞིན། །  
 ལུ་དང་ཆ་བོ་འཕེལ་ངོ་ཡིན། གཞི་ཕྱར་བབ་ན་ལུ་ཁོར་འཕེལ། འདྲ་ཕྱར་  
 བབ་ན་དག་པོ་ལུ། རྒྱས་ཐོབ་ཁོར་ལོན་གཉིས་ཀ་རུས། བྱི་སར་ཤོར་  
 དུ་མི་རུང་ངོ་། ~~རྒྱུ་གསུམ་ཐོག་ཐོག་འདོམ་པ་དང་། རྒྱུ་གསུམ་ཐོག་~~  
~~ཆོང་ལ་མེད་པའི་འཕྲིན་པ་སྟེབ། འདུས་པ་མ་ཆེར་འཛིན་ན་བཟང་།~~ བྱ་བྱུང་སྟོ་ལ་བརྒྱག་  
 བཅས་ན། གནས་ཀྱི་བྱ་བྱུང་ག་ཤོག་དེབ་ཡིན། ལ་བདུད་ལྷ་རུ་ཆེས་མི་  
 ཡིན། ལ་ལོ་ལྷགས་ཐོག་ཐོག་འདོམ་པ་ནས། གཤུ་རྒྱས་འདོམ་པའི་བར། མདོར་  
 བཟུང་བཞི་ཡོད་པ་དེ། འདས་མ་བཟང་པོའི་མདུད་པར་ཕྱི། ~~རྒྱུ་གསུམ་ཐོག་~~  
 ཐོག་ཐོག་རྒྱས་ཐོག་གཉིས་འདོམ་ན། འིང་དིང་འཕྲེ་སྤྱི་བ་སྟོན་ཟེར། འིང་

དིང་ར་གཉིས་བརྒྱུ་ཚུལ་ལ། བཙུ་ལྷ་ཡོད་པའི་ཐ་ཆད་ཡིན། ཏུར་པག་  
 བག་པོ་སྒྲོ་བརྒྱུ་ མི་ཐོང་སྤྱུག་གིར་གྱི་རོ་ཡིན། ཚུས་ལྷུང་བབ་ན་ཚུས་  
 འཆོར་རོ། འཕག་པག་གཉིས་ལ་རྗེས་མེད་ཡིན། ལོ་ལྷུང་རྒྱལ་ཁམས་  
 ལོ་ཉེས་རོ། མི་གི་བསགས་པའི་ཟས་མོར་འཛད། སྤྱུག་གི་མུན་པ་དང་  
 མེད་ཡིན། སྦྱིད་གྱི་ཉེ་མ་འཆར་མེད་ཡིན། འབྲུ་གཞི་སྒྲོར་གསུམ་ཅི་བཏབ་  
 གྲང་། དིང་དིང་བརྒྱུ་ལ་འདིའི་ངན་མེད། འདྲ་ལྷུང་ར་གཉིས་བརྒྱུ་ཚུལ་  
 ལ། བཙུ་ལྷ་ཡོད་པར་སྦྱི་མིང་དུ། དིང་དིང་ཁ་གཤོག་ཁྱུང་གཤོག་ཟེར།  
 དེ་ལྷུང་དངས་མ་བརྩ་བཞི་པོ། བཞོག་རྣམ་གསུམ་གར་བབ་གྲང་། མི་  
 མོར་གཉིས་གྱི་འཕེལ་ཁ་ཡིན། ཡུལ་བཟུང་མཁར་བཅིགས་བྱེད་ན་བཟང་།  
 སྦྱིང་མིག་སྒྲོག་གསུམ་གར་བབ་གྲང་། འབྲུ་ལྷུང་མོར་ལོན་དོན་ཀུན་འགྲུབ།  
 བྱིས་ཡུལ་བཞི་གར་བབ་གྲང་། ཟས་མོར་མི་སྒྲོག་དགལ་ལ་འཆོར། ཁད་  
 བཅོམ་ཆེན་འཆི་བ་དང་། གྱི་རོ་ཡིན་པས་གྱི་བྱུབ་བྱ། བྱིས་པོ་ཤོར་དུ་མི་  
 རུང་རོ། ལམ་ནི་བཟང་དུག་ཐུབ་པར་དགལ། འདྲ་ལྷུང་ར་གསུམ་བརྒྱུ་  
 ཚུལ་ལ།  ལ་ལེ་ལུགས་ཁ་བྱ་གིང་གསུམ། འདོམ་ན་ཉེ་སྒྲོ་ར་  
 གསུམ་ཟེར། གཡས་གསུམ་ཕྱ་རྒྱུད་ལྷ་མདའ་ཡིན། བྱིལ་ཐིག་དུག་འབྲེལ་  
 བ་དེ། འཁྱུང་སྒྲོན་ཁད་དུ་བཅའ་བ་ཡིན། ཁད་དུ་བརྒྱུ་གསུམ་བཅས་  
 བ་དེ། ལྷ་ཁང་མང་པོ་བཞེངས་པའི་ནང་། ལྷ་དབང་རྒྱལ་པོའི་ཕྱག་རྒྱ་  
 ལ། ལྷ་བྲན་མང་པོས་བསྒྲོར་བ་བྱེད། རྒྱལ་པོ་གཏན་ཚུགས་བདེ་བ་དང་། །

འཁོར་དང་ལོངས་སྤྱོད་འཕེལ་ངོ་ཡིན། །རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་ཁང་བཟང་ལ། །  
 རིན་ཆེན་སྣ་ཚོགས་ཅིག་པ་བྱས། །ཡར་མོ་ནི་ཀའི་རྩིང་འགྲམ་བཏིང་། །དབག་  
 བསམ་གྱིང་གི་ཀ་གདུང་བྱས། །ཉི་མ་སྐར་མའི་གསལ་ཁུང་གཏོང་། །སྣ་  
 ཚོགས་ནོར་བུའི་བྱ་བྱེད་དཔུང་། །རྒྱལ་ཆེན་སྡེ་བཞི་སྟོ་སྤྱང་བཞག །དུས་  
 དང་བསྐལ་བ་ཞིག་སྤུང་གྲང་། །ཁང་བཟང་འདི་ལ་གཡོ་འགྲུལ་མེད། །འདི་  
 ལ་བཟང་བཤད་བསམ་མི་བྱལ། །ཁྱི་སར་ཤོར་དུ་མི་རུང་ངོ་། །བརྒྱལ་བྱི་  
 སར་ཤོར་གྱུར་ན། །དག་པོ་ཁ་བ་བྱ་ཡུག་བཞིན། །ལྷུང་མཁྱོགས་ཅན་གྱི་  
 དག་ངོ་ཡིན། ། །བྱ་གིང་ཞིང་མཁར་སྤོན་ཐོགས་གསུམ། །གཡོན་གསུམ་  
 མི་ནོར་རྒྱས་གསུམ་ཡིན། །གངས་དཀར་རིན་ཆེན་ཅེ་མཐོ་ལ། །མེད་དཀར་  
 སུད་གྲུ་མ་དང་བཅུ། །དབའ་སྐལ་གཡུ་རལ་གསུམ་ཀ་རྒྱས། །མདའ་ཡི་ཕྱ་  
 ལུང་གསེར་ཕྱི་འདིར། །ཕྱ་མི་མགོན་སུད་གྲུ་མ་དང་བཅུ། །རྒྱས་དང་མི་ནོར་  
 དུས་གཅིག་འཛོམས། །མར་གྱི་ས་ཁ་དོང་དུག་དེར། །སྤྲ་ཞང་རྒྱལ་སྟན་གྱི་  
 གདུང་རྒྱུད་ལ། །གཉན་དམག་ཁྲོམ་དུ་སྟག་པ་ཡིན། །སྟོང་སྟོང་གར་ཡང་  
 དམག་ངོ་ཡིན། །དག་ཟུན་པམ་རྒྱལ་ལན་སུ་སྟོས། །བཞོག་གནས་མལ་  
 གར་ཡང་བཟང་། །ཚབ་ཆེན་ནད་བར་གར་ཡང་ངན། །ཁྱི་སར་ཤོར་དུ་མི་  
 རུང་ངོ་། ། །ཁ་ལེ་བྱ་གིང་སྤོན་ཐོགས་གསུམ། །དིང་དིང་རྒྱུད་གསུམ་  
 ཐལ་བ་བརྒྱག། །ལོ་མལ་གནས་མལ་གར་བབ་བཟང་། ། །ཁ་ལེ་བྱ་  
 གིང་གཡུགས་ཀྱི། །དིང་དིང་རྒྱལ་སུ་མཆེད་གསུམ་ཡིན། །མ་གཅིག་སུ་

གསུམ་སྒྲེ་དོ་ཡིན། །དེ་སོགས་གསུམ་བརྒྱུག་ནམ་གངས་ལ། །མི་འདྲ་བཙོ་  
 བརྒྱད་ཙམ་དུ་འོང་། །དེ་དག་ཀྱུན་གྱི་སྒྲི་མིང་དུ། །དིང་དིང་མི་ལོར་ཟེས་  
 གསུམ་ཟེར། །ནང་གསེས་བཟང་ངན་དབྱེ་བ་ཡང་། །གོང་ལས་དཔག་སྟེ་  
 རིགས་པས་ཤེས། །ཐམས་ཅད་བཟང་དྲག་ཆེ་བས་ན། །དམག་ཆེན་ལུང་  
 ཟེར་སོགས་གྱི་དོ། །དེ་ནས་ར་བཞི་བརྒྱུག་ཚུལ་ལ། ~~ར་བཞི་~~ །དང་པོ་བཞི་  
 པོ་བརྒྱུག་ལ་སོགས། །འདྲ་མིན་ནམ་གངས་དགུ་ཙམ་མཆིས། །ཤུག་གུར་  
 རྒྱུ་ཞེས་སྟེ་འཕོད། །མི་འཛིགས་དག་གྲུ་གྲུ་དཔལ་ལའ་ཡིན། །མཐོ་བྱེད་  
 དར་འབྲུ་བཙུགས་མི་ཡིན། །རང་ས་ནམས་སྟེ་ཤིན་ཏུ་བཟང་། །ཕྱི་སར་བབ་  
 ཏུ་མི་རུང་དོ། །ཁ་ལེ་ལྷགས་ཁྲ་ག་ལུ་དང་། །སྒྲིན་ཐོག་བཞི་པོ་བརྒྱུག་པ་  
 བ། །དིང་དིང་སྒྲིང་པ་སྒྲོ་བཞི་བརྒྱུག་ །སྒྲོ་བཞིར་འབྲོས་པའི་ས་རྟགས་མེད། །  
~~ར་བཞི་~~ །ཁ་ལེ་ལྷགས་ཁྲ་མ་གཏོགས་པའི། །ཐམ་བཞི་པོ་བརྒྱུག་པ་བ། །  
 དིང་དིང་ཁ་ནག་རལ་གསུམ་བརྒྱུག་ །ཁ་དཀར་མུ་ངན་ཙན་གྱི་སྒྲ། །དེ་ཡི་  
 འགོས་སྟེ་ཤེས་པར་བྱ། །ར་ལྷ་བརྒྱུག་པའི་ནམ་གངས་ལ། ~~ར་བཞི་~~ །མི་འདྲ་  
 དུག་ལས་གཞན་དུ་མེད། །དིང་དིང་ཤུག་གུར་འབྲིང་སྟེ། །མ་ཆེན་ཆོས་གྱི་  
 འབུམ་སྟེ་བརྒྱུག་ །ཐེག་དུག་རིགས་དུག་སྒྲ་རྟགས་ཡིན། །བརྒྱུག་ལྷ་རྒྱུད་  
 ལྷའི་དཔལ་ཁ་ཡིན། །འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བའི་ཁང་བཟང་ཡིན། །ཁོ་ལ་བ་  
 གང་གིས་མི་ཚུགས་པའི། །བཟང་བཤད་ཡོན་ཏན་བསམ་མི་བྱལ། །ཕྱི་སར་  
 ཤོར་དུ་མི་རུང་དོ། ~~ར་བཞི་~~ །མུད་སྒྲོ་དུག་པོ་བརྒྱུག་པ་བ། །དིང་དིང་ཤུག་གུར་

ཆེན་ཡིན། བྱི་སྡོད་འཛིག་རྟེན་འདི་ལ་ཆགས། ཁང་བཅུད་སེམས་ཅན་འདི་  
 ལས་གྲོལ། བི་ཁུ་དྲུག་དེ་བྱི་སྡོད་ཡིན། བརྒྱུ་ཁ་དྲུག་དེ་ནང་བཅུད་ཡིན།  
 ཡུ་ཐུབ་པ་ལ་སོགས་པ། རིགས་དྲུག་ཐུབ་པའི་བླ་མ་དུད་ཡིན། ཁམ་  
 མཁའ་གཡུ་འོད་དང་བ་ལ། ཉི་ཁྱེ་སྒྲར་གསུམ་བཀྲམ་པ་འདྲ། ཐང་པོ་  
 ཆེ་ཡི་དཀྱིལ་ཤེད་ན། དག་སྡོད་གཡུ་དུ་གཤིབ་པ་འདྲ། མཆོ་ལ་ཁ་ཞག་  
 ཆགས་པ་འདྲ། གསལ་མཁའ་གསེར་འབྲུ་བཅུགས་པ་འདྲ། རྒྱལ་པོའི་  
 ལ་ཐོད་བཅིངས་པ་འདྲ། རྒྱལ་མོའི་བྲང་རྒྱན་བཏགས་པ་འདྲ། རྒྱལ་ཁུ་  
 ཟུར་ཐུད་བཏགས་པ་འདྲ། སྤྱིང་བཞི་ཤིང་རྟས་བསྐྱར་བ་འདྲ། དམག་  
 དཔོན་ཁོམ་དུ་ལྟག་པ་འདྲ། སྤང་ལ་མེ་ཏོག་རྒྱས་པ་འདྲ། ཤིང་ལ་ལོ་འདབ་  
 རྒྱས་པ་འདྲ། བཀྲ་ཤིས་རྟགས་བརྒྱད་ཐིས་པ་འདྲ། དཀྱིལ་འཁོར་ཆོམ་  
 ཐུ་བཀོད་པ་འདྲ། རྒྱ་ཏིག་བསྐྱར་ལ་བརྒྱས་པ་འདྲ། འདི་སྡོན་གྱི་བསྐྱལ་  
 པ་དང་པོ་ལ། བསྐྱལ་བཟང་སངས་རྒྱས་སྟོང་རྩ་ཡིས། དང་པོ་ཐུགས་མཆོག་  
 བསྐྱེད་དུས་བབས། བར་གྱི་བསྐྱལ་པ་དབུས་མ་ལ། སངས་རྒྱས་ཡུ་  
 ཐུབ་པ་ཡིས། ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱར་དུས་བབས། སྟོན་པ་གཤེག་རབ་  
 མི་པོ་དེས། བོན་སྒོ་བཞི་མཛོད་ལྷ་བཤད་ཉིན་བབས། རྒྱ་ཀོང་རྩེ་འབྲུལ་གྱི་  
 རྒྱལ་པོ་དེས། དཀར་ནག་གཤེག་ཆེ་བའི་ཉིན་བབས། འདི་འབྲུང་བ་ལྷ་  
 ཡི་གཞི་མ་ཡིན། ཁམས་སེར་ནག་འཛིན་པའི་བདག་པོ་ཡིན། མ་འོངས་  
 བསྐྱལ་པའི་ཐ་མ་ལ། འཁོར་བ་དོང་རྒྱུག་དུས་ཐུ་བབས། ད་ལྟ་བབ་པའི་



དུས་བྱུང་ན། །དམག་ཆེན་ཆ་དང་སྡེ་ཆེན་འབྲུག་ས། །ས་གཡོ་ཐོག་སེར་དྲག་  
 བོ་དང་། །མི་བྲག་ཁུ་རུ་འབབ་པ་སོགས། །ཆེས་ཐལ་ཆེ་བས་ཁྱོགས་པར་  
 དཀའ། །འདི་གནམ་གྱིས་མི་ཁྱོགས་གཞུང་ནས་རལ། །ས་ཡིས་མི་ཁྱོགས་  
 མཐའ་ནས་དོལ། །རི་ཡིས་མི་ཁྱོགས་རྟེན་པ་ཉག །ཉི་ལྷ་ས་མི་ཁྱོགས་གཟའ་  
 ཡིས་ཟིན། །སྤྱོད་གྱིས་མི་ཁྱོགས་རྒྱུང་གིས་གཏོར། །མི་ཁྱོགས་མཚན་ཉིད་  
 དེ་ལྟར་ཡིན། །རིམ་གྲོ་ཆོས་ལ་རྩལ་སྒྲུགས་ཤིང་། །བཀའ་འབྱུང་རོ་ཅོག་  
 ལ་རྩལ་སྒྲུགས་བྱ། །འདི་སེར་མ་གནམ་སའི་བདག་པོ་ཡིན། །མ་ཆས་ཡུལ་  
 དུ་འདུག་ཅམ་ན། །ལྟ་ཁང་རུར་བཞི་ལོག་བརྒྱད་ལ། །གསེར་འབྲུ་ཁྱུང་མགོ་  
 བཅུགས་པ་འདྲ། །ཆས་ནས་ལམ་དུ་ལྷགས་ཅན་ན། །རི་འབྲུམས་གཟན་ལ་  
 རྒྱག་པ་འདྲ། །ལན་ཅིག་ཐང་ལ་བསྐྱད་ཅམ་ན། །སྤྱི་རི་གྲུར་ཆེན་ལུབ་པ་  
 འདྲ། །ལན་གཅིག་ལ་ཁར་བྱོན་ཅམ་ན། །བཅོ་བརྒྱད་ལ་ཁར་བྱོན་པ་འདྲ། །  
 དག་ཡི་རི་མགོ་མཐོང་ཅམ་ན། །གནམ་ནས་ཐོག་རྟོད་འཕེན་པ་འདྲ། །ཡོབ་  
 ཆེན་རྒྱུང་གིས་མནན་ཅན་ན། །བར་སྤངས་གཟའ་རྟོད་རྒྱག་པ་འདྲ། །ཤ་གི་  
 མཐེབ་གྱིས་མནན་ཅན་ན། །སྤངས་ལ་མེ་ཆེན་མཆེད་པ་འདྲ། །ལན་གཅིག་དག་  
 ལ་འབྱེད་ཅན་ན། །ཉི་ལྷ་སྤྱོད་གྱིས་གཡོག་པ་འདྲ། །ལྟ་ཁང་ཁྱུང་མགོ་འཕྲུགས་  
 པ་དང་། །གསེར་འབྲུ་འོད་དང་ལྷན་པ་དང་། །སྤྱི་མོ་ཆར་གྱི་འབྲུབ་གསུམ། །  
 མོ་མདུད་པ་འདི་ལ་ཆང་བ་ཡིན། །མ་རབ་པ་ཆོ་རྒྱུད་བ་དང་། །ཤི་འཕྲོ་ཅན་  
 གྱིས་འདི་མི་བྲག་ས། །བཅན་ལྷག་འཕེན་དར་འཛོམས་ལ་གཅེས། །དེ་ལྟར་

དིང་དིང་རབ་རྒྱག་ལ། །ལྷ་བཙུ་ཅ་ལྷ་ལས་གཞན་མེད། །དེ་སྤྲོད་སྤྲོད་འོག་  
གཡས་གཡོན་དབུས། །ཁོང་བརྒྱག་ལྷ་དང་དེ་འདོམ་བཅས། །དིང་དིང་ནམ་  
མཁའ་འདྲ་གཅིག་ལ། །བརྒྱག་ཁ་ནམ་མཁའ་འོ་མ་བྱ་དང་། །འདྲ་བ་རེ་གཅིག་  
ཅེས་ཀྱང་བཤད། །འདི་ཡི་ར་བརྒྱག་ཐམས་ཅད་ལ། །ཁོག་བརྒྱག་འབྱུང་  
བ་ཅུང་བས་ན། །རྒྱས་པར་བཤད་བ་མེད་ན་ཡང་། །ཁོག་སྤྲོད་སྤྲོད་ལ་  
བརྒྱག་སོང་ན། །དིང་དིང་སྤྱག་གི་མཚོ་མོ་ཡིན། །རྒྱ་ཡི་གྲོག་མ་སྤྲོད་ཉག་  
ཟེར། །བ་མཁའ་མཐུད་སྤྲོད་གཉིས་བརྒྱག་ན། །གཡས་པར་ལྷ་དར་  
དཀར་པོ་ཟེར། །གཡོན་པར་མིན་དར་ནག་པོ་ཟེར། །ལད་  
ཚའི་འོག་གི་ར་གཉིས་བརྒྱག་ །དིང་དིང་གཉན་དར་བྲ་པོ་ཟེར། །དེ་སོགས་  
ནམ་བམ་ཡོད་ཀྱང་། །བཟང་བོ་ཅ་བའི་རིགས་ལས་བསྐྱེས། །རྒྱས་པར་  
བརྒྱ་ཐག་དུ་མར་འབྱུང་། །དེ་ཡིས་དིང་དིང་སྤྲོ་ཚན་རྫོགས། །དིང་དིང་སྤྱན་  
དུག་མཁར་བཤད་དང་། །འབྱུང་ཁམས་སོགས་ཀྱི་བཤད་བའང་། །སྤྲོད་  
མོད་སྤྲོད་ན་གཞན་དུ་ལྟོས། །གཉིས་བ་སྤྱན་དིང་དབྱེ་བ་ལ། །ཐིག་གུ་  
ལྷ་པོ་རྒྱུམ་པོར་འབྲེལ། །མོ་རྟ་བག་ལ་སོང་བ་ན། །སྤྱན་དིང་ས་གཞི་བདེ་ལ་  
བཟེར། །དོག་མོ་ས་ཡི་བྲ་མཐུད་ཡིན། །སྤྱག་པོ་མཆིན་པའི་རྫི་ལུ་ཡིན། །  
སྤྱགས་མའི་ནང་ནས་དུངས་མ་ཡིན། །རུས་སྤྱལ་མཆིན་པའི་ག་ལས་ཀང་། །  
འདི་སྤྲོད་བག་གི་རིང་ལ་བབས། །སྤྱན་འབྱུང་བ་སྤྲོད་པའི་སྤྲོ་རོལ་ནས། །  
བརྟན་གཡོའི་དུངས་མ་འདུས་བ་ལས། །གཡོ་བྱེད་རྒྱུད་གི་རྒྱ་གམ་ཆགས། །



ཡིན། །འདི་ལ་བརྒྱལ་ལུགས་འདྲ་མིན་གཉིས། །ར་བཞི་བརྒྱལ་བར་གྱུར་  
བ་དེ། །མ་ཁམ་གསེར་གྱི་བྱ་རུ་ཅན། །ཡང་ན་སྤོང་བ་སྒོ་བཞི་བརྒྱལ། །ར་  
ལྷ་བརྒྱལ་དང་བཅས་བ་ན། །སྒྲིན་དྲིང་ལམོར་བ་འབུམ་སྟེ་བརྒྱལ། །དོག་མོ་  
ས་ཡི་སྒྲ་མདུད་ལ། །ཅི་ཐོག་བརྒྱད་ཀྱི་སྒྲིང་པོ་རྒྱས། །འདི་ནི་སྒྲིན་དྲིང་གསེར་  
ཁུ་ཡིན། །ཁོག་ལ་བརྒྱལ་གཅིག་སོང་བ་ན། །སྒྲིན་དྲིང་མཁལ་མ་གྲིང་བརྒྱལ་  
ཡིན། །དེ་ལྟར་བརྒྱལ་ཚུལ་རྣམ་བརྒྱད་ཡོད། །གཡས་བས་གང་ཟིན་མཁར་  
སྒོ་ནས། །བརྒྱལ་ཁབ་ཅིས་ཏེ་མིང་འདོགས་ལུགས། །སྤང་ཡང་དགོས་བ་  
རྒྱུར་བས་བཞག། །

ལར་ཆང་བབ་སྟེང་གི་སྒྲིན་དྲིང་འདི། །གསེར་སྤྲལ་སེར་པོས་ས་གཞི་བསྐྱུང་། །  
སྒྲིད་སར་ཡོད་པའི་མི་དལ་ཡིན། །ཤར་ཕྱོགས་གཉན་གྱི་བང་མཛོད་གང་། །  
ཡལ་ས་དག་ལ་མི་འཆོར་བའི། །རྫི་ལྷ་ཡང་དག་འབྲུལ་མེད་ཡིན། །བརྒྱལ་  
གཅིག་བྱུང་ན་དེས་བ་ཡིན། །ཅི་བདེ་བཅི་ལ་བཟང་བ་ལ། །རྒྱལ་པོ་ནད་  
བའི་མོ་ལ་ངན། །གཉེན་གྱི་བེར་གཤགས་བ་ཡིན། །འདི་ལ་འཇབ་པའི་  
དག་བཞི་ཡོད། །བརྒྱ་གཅིག་བྱ་ཡུན་སྒོ་བརྒྱལ་ན། །གསེར་སྤྲལ་དག་ཡི་  
རྒྱུང་གིས་ཁྱེད། །བརྒྱ་གཅིག་རྒྱ་སྤར་ལྷི་བུར་ན། །དུང་སྤྲལ་དག་ཡི་འོལ་  
བས་བསད། །བརྒྱ་གཅིག་རྒྱ་སྤར་སྒྲུལ་ནག་དེ། །ཟུན་གྱི་བུ་དེ་དག་ཡིས་  
བསད། །བརྒྱ་གཅིག་སེ་སྟོང་བབ་བ་ན། །བང་སྒོ་ཁྲག་གིས་གང་བ་ཡིན། །  
གཉིས་ལ་སྤོང་མགོ་རྩོད་ཡིས་ཁེབ། །ས་གཞི་རང་གནས་བབ་བས་བཟང་། །

མོ་ཉ་བཏང་ནས་ལམ་ལོག་ངོ་། །འདི་ལ་བརྒྱལ་གཅིག་བཅས་པ་ན། །དཀར་  
ནག་མཚམས་གྱི་རྩི་ལྟེ། །དུར་སྒོ་མི་འབྱེད་ཡོན་ཏན་ཡོད། །གསུམ་ལ་  
གསེར་གྱི་ཕ་བོང་གིས། །འབྲོག་སྒྲིན་ཁ་ནས་ཐུར་དུ་མཐན། །ནད་ཡམས་  
མི་འོང་རྩི་ལྟེ། །ཆུང་གསུམ་ནད་པ་ཡིན་ན་ངན། །སྒྲེལ་ཆུང་མཐའ་ལ་  
ཡར་ངོ་ཡིན། །བཞི་ཤ་སྒྲོ་ནས་གྱིས་གང་ངོ་ཡིན། །ས་ནག་ལོ་དོག་རྒྱས་པ་  
ཡིན། །འབྲོང་བསད་འགོ་ན་ངན་པ་སྟེ། །དེ་མིན་ཅི་བཏབ་ཅི་ལ་བཟང་། །  
འདི་ལ་བརྒྱལ་གཅིག་བཅས་པ་ན། །ལྟོ་ཕྱོགས་ཀྱ་ཚང་མཐའ་ནས་རྒྱས། །  
རྒྱ་མཚོ་མི་སྐྱམ་རྩི་ལྟེ། །ལྷ་དག་བྲ་མེའི་ཕུབ་ལ་རྩི་ཁུར་བྱས། །ལྟོ་ཡི་  
ས་སྒོ་འདན་ཐུར་བཟང་། །ཉི་བཀའ་ཞན་དུ་འགོ་ན་ངན། །ཉི་བ་དག་དང་ཐུང་  
ངོ་ཡིན། །འདི་ལ་བརྒྱལ་གཅིག་བཅས་པ་ན། །ལྷ་སྒྲིན་མཚམས་གྱི་རྩི་  
ཡིན། །དག་འབྲལ་དུ་མི་ཡོང་གཏམ་དུ་སོང་། །དུག་སྒྲན་གར་ལུས་ལ་གསེར་  
གཡུས་བརྒྱན། །རྒྱན་ཁྲ་མོ་མི་འབྲལ་རྩི་ལྟེ། །ཁུང་མེད་ནད་པ་ཡིན་ན་  
ངན། །ཐུལ་སྒོག་གིག་གི་ཕོ་བྲང་བཅའ། །འདི་ལ་བརྒྱལ་གཅིག་བཅས་པ་  
ན། །ཅུ་དཀར་འགོ་ལ་བའི་ཡོན་ཏན་ཡོད། །དེལ་གཞོང་ནང་གི་མར་ཁུ་  
ཡིན། །ཟུལ་དཀར་འབྲི་ལུག་འཕེལ་ངོ་ཡིན། །བདུན་ཕོ་སྒོ་གསེར་གྱི་ཕ་  
བོང་གཏང་། །རྒྱབ་རི་ཡི་དམ་ལྷ་ཡིས་བྱེད། །སྒོ་མི་འགྱུར་ཅི་བཏབ་བཟང་  
ན་ཡང་། །སངས་བཞོན་པའི་མོ་ལ་ངན། །གཏོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་འབྲུག་སངས་ཡིན། །  
འདི་ལ་བརྒྱལ་གཅིག་བཅས་པ་ན། །སྒྲིས་སྒོག་མི་འགྱུར་རྩི་ལྟེ། །བརྒྱད་

རི་རབ་ལྷན་པོའི་ཅེ་མོ་སྤྱ། །ལྷ་རྒྱལ་གཉན་གྱི་དཔའ་མཁར་བཅིགས། །ལྷགས་  
 གྱི་སྒྲུ་མཁར་སྒོ་མེད་ན། །རྒྱལ་པོ་སྒོག་མེད་འདུག་པ་ཡིན། །བྱད་པར་སྒོག་  
 ཡུའི་མོ་ལ་བཟང་། །སྒྲགས་པ་གཅིག་གི་མོ་ལ་བཟང་། །དོམ་ལྷ་གྲོན་ནས་  
 བཙོ་དམར་འཕེན། །བརྗེན་དཔར་ནད་ཡུན་རིང་། །འདི་ལ་བརྒྱག་གཅིག་བཅས་  
 པ་ན། །ཡབ་ལྷ་བདལ་དུག་གདན་ས་དེར། །འུ་ལྷ་སྒྲས་ཀུན་གྱིས་ཟིན་པ་  
 དང་། །མོ་སྒོ་ལྷག་མའི་ནང་ནས་རྗེད། །དགུ་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་མི་བོ་དེས། །  
 ལུབ་ཕྱོགས་བདུད་སྒོ་ཕྱག་རྒྱས་བཅད། །ཤི་ཁ་མི་འབྱེད་རྗེའུ་ཡིན། །བོན་  
 པོའི་མོ་ལ་བཟང་ན་ཡང་། །བོན་པོ་ནད་པར་ནད་ཡུན་རིང་། །འདི་ལ་བརྒྱག་  
 གཅིག་བཅས་པ་ན། །མོ་མའི་ལག་པ་སྒྲུམ་དང་འདྲེས། །གོར་པ་སྒྲང་མི་  
 སྐད་སྒྲུབ་པ་ཉེ། །ཤིགས་མོན་མཚམས་གྱི་རྗེའུ་ཡིན། །བཅུ་མ་ཕྱིའི་གསས་མཁར་  
 མེར་པོ་ཡིན། །མ་ཕྱིའི་སྒོག་ཕྱར་བཟང་ན་ཡང་། །གནམ་ས་གོ་ལོག་འབྲིང་  
 ཅམ་ཡིན། །བྱད་པར་གྲོས་རིང་བྱེད་ན་ངན། །འདི་ལ་བརྒྱག་གཅིག་བཅས་  
 པ་དེ། །ལྷ་རྒྱལ་ཁབ་མི་ཡི་རྗེའུ་ཡིན། །བཅུ་གཅིག་དག་སྤྱི་དཔའ་མདུད་  
 དེ། །ཤིབ་གྱི་སྒྲུང་ནག་པོས་བཀའ། །མི་རྒྱུད་འཕེལ་ཁ་བཀའ་པ་ཡིན། །  
 བད་པའི་སྒོག་གི་སྒྲུང་ས་ཐོབ། །བརྒྱག་ཕྱུང་ན་རྟོན་སྒྲག་སྒྱི་ལས་ཐར། །བད་  
 པ་མི་འཛིན་རྗེའུ་ཡིན། །བཅུ་གཉིས་ངམ་གྱི་མགར་པ་དེ། །གཉིད་ལོག་  
 པས་དག་པོ་མི་འོང་ངོ་། །ཐག་རིང་མགོན་པོའི་མོ་ལ་བཟང་། །སྒྲག་གི་གོང་  
 ཐག་ལྷོད་པ་ཡིན། །ནང་པར་རྟ་རྒྱག་མོ་ལ་བཟང་། །འཇུལ་འཚོར་རྟ་པོ་

ལ་ཁར་བྱིན། །མྱང་པོས་བག་མ་བསུན་བཟང་། །རྫོ་ལོག་བཞག་ན་ལུ་  
གསུམ་སྒྲེ། །འདི་ལ་བརྒྱག་གཅིག་བཅས་པ་ན། །ཡོད་མེད་མཚམས་གྱི་རྫི་ལུ་  
ཡིན། །བརྒྱ་གསུམ་དབག་བསམ་ཤིང་གི་ཕྱེ། །ཨར་མོ་ལི་ཀའི་དོ་ཡིས་  
མནན། །མི་རབས་གསུམ་གྱི་འཕེལ་ཁ་བཀག་གཞི་ཉེས་སྒྲིས་སྒྲུ་ཐུར་དུ་  
ཁྲིད། །ཅི་བཏབ་ཅི་ལ་ངན་པ་ལ། །ནད་པ་གཅིག་གི་མོ་ལ་བཟང་། །རུས་  
སྤལ་རྒྱལ་པོ་ལ་ཁར་བུད། །ཁ་མིག་ཐུར་དུ་བལྟས་པ་ཡིན། །བརྒྱ་སྒྲུང་ཞོན་  
མ་ལ་བཟང་། །བརྒྱ་སྒྲུབ་འཁར་རྒྱན་མི་འཆད། །ལྷག་རོ་རྟ་ཡི་མོ་ལ་བཟང་། །  
རྟ་མོ་དེ་མགོ་བརྒྱུ་རྒྱན་མི་འཆད། །བུན་གཡོག་དག་གི་མོ་ལ་བཟང་། །རྟ་ག་  
པའི་གཉའ་ཤིང་ཆགས་པ་ཡིན། །འདི་ལ་བརྒྱག་གཅིག་བཅས་པ་ན། །གསེར་  
གྱི་པ་བོང་གེན་དུ་འདྲིལ། །གཡག་པོ་རུར་བསལ་དགུ་བཟལ། །རྫོ་ཨར་མོ་  
ལི་ཀའི་བྲུ་མ་དུད་ཡིན། །

སྒྱིན་དིང་ལན་དུ་དིང་དིང་ན། །གནམ་ས་ཀ་ག་དུང་འགྲིག་པ་ཡིན། །ལོ་གསུམ་  
བར་དུ་དག་མི་འོང། །སྒྱིན་དིང་ལན་དུ་སྒྱིན་དིང་ན། །གོར་མོ་འཕྲེད་ལ་  
བསྒྲིག་པ་ཡིན། །སྒྱིན་དིང་ལན་དུ་གལ་བར་ན། །ས་ལ་རི་བོ་འཕུར་པ་ཡིན། །  
སྒྱིན་དིང་ལན་དུ་བྱ་ལུན་ན། །བྱ་བརྒྱ་གྲོད་ལས་ཐར་པ་ཡིན། །སྒྱིན་དིང་ལན་  
དུ་བྱ་ཐུར་ན། །རྫོ་བཟང་མྱང་འགམ་བྱས་པ་ཡིན། །སྒྱིན་དིང་ལན་དུ་ལུ་ས་  
ན། །ས་ལ་མེ་རྟོག་བཀྲ་པ་ཡིན། །སྒྱིན་དིང་ལན་དུ་ཕ་ཚོན། །སྒྲུ་མཁར་  
ཅེ་ལ་དར་དཀར་ཐུར། །སྒྱིན་དིང་ལན་དུ་སྒྲོ་ཚོན། །གསེར་སྤལ་ཁ་ལ་སྒྲེ་



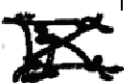
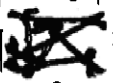
ཤིང་སྒྲིམ། །མང་པོར་བྱ་གཅིག་སྒྲེང་ཡིན། །སྒྲིན་དིང་ལན་དུ་དམ་ཐག་ན། །  
 རྒྱལ་པོ་ས་མཁར་མི་ལོར་འཁེལ། །མཁར་ལ་བ་དན་ཚུགས་པ་ཡིན། །བརྒྱག་  
 ཅན་ཡིན་ན་ལྷག་པར་བཟང་། །སྒྲིན་དིང་ལན་དུ་སྒྲེར་དཀར་ན། །ཕྱ་དམ་  
 གཙུག་གསུམ་སྤྱ་ཤིང་ཚུགས། །ཐང་ལེ་ཉི་ཅ་ཁབ་དུ་ཟང་། །མགར་བ་གཅིག་  
 གི་མོ་ལ་ངན། །སྒྲེར་ནག་དམེ་དོན་ག་པོ་ལྷང་། །སྒྲིན་དིང་ལན་དུ་ཚོ་ལ་ཆོ་  
 བ། །མང་པོ་འཕན་པོ་མེད་པ་ཡིན། །སྒྲིན་དིང་ལན་དུ་ཁྱུང་བརྒྱང་ན། །ཐང་  
 ལ་ཐུགས་ཀྱི་ར་བ་བརྒྱག་ །སྒྲིན་དིང་ལན་དུ་ཨ་ཁད་ན། །ཤི་ཁ་ཆད་ལ་ཡ་  
 མ་ཐར། །སྒྲིན་དིང་ལན་དུ་སང་ཁམས་ན། །ས་ལ་རྩི་ཐོག་ཡག་པ་ཡིན། །  
 །སྒྲིན་དིང་ལན་དུ་སྤང་ཟེན། །རྒྱལ་པོ་ཁྱི་ཐོག་འདུག་པ་ཡིན། །སྒྲིན་དིང་  
 ལན་དུ་ཕྱོད་ལུར་ན། །ཁོར་པ་འོང་མི་སྒྲོད་སྒྲུབ་ལ། །ཁུ་ཆུང་སྒྲུ་ཕྱེ་བདེ་བ་  
 སྒྲེ། །གདུང་མ་སྟོང་ཐུབ་ཐིུ་ཡིན། །བདེ་དལ་མོ་དང་སྟོག་ཐུར་བཟང་། །  
 སྒྲོམ་ནང་ནས་ཕྱི་ཕྱུང་ལུང་། །ནད་པར་འདི་བས་ངན་པ་མེད། །ཁིང་ལྷས་  
 རྒྱུ་བྱ་འབྱུང་ཁེས། །ཡུལ་བ་གཅིག་གི་མོ་ལ་ངན། །ཁོ་རྒྱུའི་སྤྱང་ཕྱི་བས་ཐུག།  
 །སྒྲིན་དིང་ལན་དུ་མི་བུར་ན། །ཡུ་པོར་ར་ཅོ་སྒྲིམ་པ་ཡིན། །ལན་དུ་རྒྱང་སྒྲར་  
 གཡས་རུ་ན། །ཁེ་རྒྱུའི་གུད་ལག་ས་ལ་ཐོན། །སྒྲིན་དིང་ལན་དུ་ཡར་དིང་  
 བ། །མཁར་ལ་ཡང་ཐོགས་ཚུགས་པ་ཡིན། །སྒྲིན་དིང་ལན་དུ་སུམ་མཉམ་  
 བ། །ཐང་ལ་ལམ་ཆེན་དོད་པ་ཡིན། །སྒྲིན་དིང་ལན་དུ་ཅོར་ན། །པ་ལང་  
 དག་ལ་སྒྲུ་སྒྲིམ་ཡིན། །སྒྲིན་དིང་ལན་དུ་གཡུང་དུང་ན། །བྲག་ལ་མི་འབྱུར་



གསེར་ཡིག་ཤར། རྒྱུན་དིང་ལན་དུ་ཁྱེ་བ་ན། རྒྱུ་བ་ཡར་ཆོས་མྱེད་པོ་  
 འཕེན། རྒྱུན་དིང་ལན་དུ་དེ་ག་ན། རྒྱལ་པ་མཆོ་དང་འཕྲད་བ་ཡིན། །  
 གསེར་ཅི་མི་ཡིས་ལོན་བ་ཡིན། རྒྱུན་དིང་ལན་དུ་དཔུང་བ་ལ་ན། འཕེལ་  
 བའི་ཐོག་དུ་ཡང་འཕེལ་ཡིན། རྒྱུན་དིང་ལན་དུ་སྒྲུལ་རིགས་ན། མིད་པའི་  
 རྒྱལ་མོ་སྒྲེས་ལ་ཆས། བྱད་མེད་འཕོ་སྒྲེས་བྱེད་དེ་ཡིན། རྒྱུན་དིང་ལན་དུ་  
 བྱར་ལ་ན། གསེར་གྱི་ས་གཞི་སྒྲུབ་ནས་གས། འབྲས་དྲུག་སང་གིས་ཁྱེར་  
 བ་ཡིན། ཅི་བྱེད་ཅི་ལ་ངན་བ་ལ། དམག་ཆེན་ཆས་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །  
 མདོ་བ་རྟ་ཡི་མིག་མཁར་བཤིག་ ཆོང་ཆེན་ཆས་པའི་མོ་ལ་བཟང་། རྒྱུང་  
 དཀར་མཛོ་ཡིས་བྱ་ལམ་བཤོད། གཙོ་བོ་སྒྲོ་ཉིས་མོ་ལ་བཟང་། མི་གན་  
 སྒོ་ཁ་བདེ་བ་ཡིན། རྒྱེད་དགའ་ཅན་གྱི་མོ་ལ་ངན། རྒྱུ་ཡི་གསེར་མཁར་  
 ཞིག་བ་ཡིན། ཡུལ་བརྗེ་འབུམ་འདོན་སེལ་ནག་ཕྱེ། གསལ་མཁར་བཅིགས་  
 ལ་བྱ་ཁྱི་བཏེགས། བཅུ་གསུམ་བཟང་ན་གཏོ་ཡིས་འཁྱུར། རྒྱུན་དིང་ལན་  
 དུ་ལི་ཡན་ན། མིད་པའི་གཞི་མ་རྒྱུད་གིས་ཁྱེར། རྒྱུན་དིང་ལན་དུ་མར་  
 དིང་ན། ཐང་ཆེན་ཨ་བྲས་གཟད་བ་ཡིན། རྒྱུན་དིང་ལན་དུ་སྒྲོ་བར་ན། །  
 ས་བདག་རྒྱལ་པོ་ནད་གྱིས་བྱེད། རྒྱུན་དིང་ལན་དུ་སོ་ཡོན་ན། ས་གཞི་  
 རུན་བས་གཡོག་བ་ཡིན། རྒྱུན་དིང་ལན་དུ་རུ་སོད་ན། ས་བདག་ཁྱོས་བས་  
 མི་བདེ་འོང་། རྒྱུན་དིང་ལན་དུ་མ་ཟེན། ཡུལ་གྱི་བཙན་མོད་གཞོད་དོ་  
 ཡིན། རྒྱུན་དིང་ལན་དུ་ན་འབན་ན། ལ་བོང་ཐོག་གིས་བཤིག་བ་ཡིན། །

སྒྱིན་དིང་ལན་རྟུང་དེགས་ན། །ཡུལ་ལ་གི་ཆད་འོང་འོ་ཡིན། །སྒྱིན་དིང་  
ལན་རྟུང་བྲག་ནག་ན། །གཏད་མནན་མི་ཁ་སོགས་གྱི་རོ། །སེ་སྟོང་གསེར་  
སྒྲལ་རྟུག་གིས་གི། །ལར་སྒྱིན་དིང་ས་ཡིས་མི་ཐེག་པ། །སོ་ཡོན་ཐང་ལེ་ལི་  
ཡན་གསུམ། །དེ་གསུམ་གང་རུང་ལན་རྟུང་བ། །ས་ཟད་ཐང་ཟད་ཅི་ལ་  
ངན། །སྒྱིར་སྒྱིན་དིང་གསེར་གྱི་ས་གཞི་འདི། །སྟོང་རྟུང་བབ་ན་གཡའ་རི་  
ལ། །གཡའ་རིར་བྱ་ཆང་བཅས་ན་བཟང་། །ལན་རྟུང་བྱ་ཡན་བབ་ན་ཡིན། །  
སྟང་རྟུང་བབ་ན་ཡུལ་བཟུང་རོ། །ཞིང་སྟོ་འབྲུལ་འདུལ་བྱེད་ན་བཟང་། ~~མཆོད་~~  
ཆོས་འབྱུང་འདྲ་བ་གཉིས་སྒྲེལ་ན། །གལ་བར་ཞེས་སྒྲུ་བྲགས་པ་སྟེ། །ཡབ་  
ལྟ་བདེལ་རྟུག་སྒྲུ་གནས་ཡིན། །དབུས་གྱི་རི་རྒྱལ་ལྟན་པོ་ཡིན། །བྱ་རལ་  
ཆགས་འཛིག་ཉི་ཤུ་ལྷ། །སྒྲུ་མཁར་འདི་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན། །འདི་ཡེ་སྟོན་  
སྟོང་པའི་རིང་ལ་བབ། །ཡེ་ངམ་གཉིས་གྱི་ས་མཆོམས་ན། །མཐུ་ཆེན་ཐེར་  
མས་མཁར་ཞེག་བརྟེགས། །མཁར་སྟོ་ཤར་གྱི་ཕྱོགས་སྒྲུ་གཏད། །སྟོ་བཞི་  
ལོག་བཞི་བྱར་བརྒྱད་པ། །རིན་ཆེན་རྟུང་གི་བགམ་ཅན། །མྱང་གཞི་པ་ལམ་  
ཡེ་ཁེབ་གསེར། །བྱར་བཞི་ཁོ་རྒྱ་ངར་མར་གྲུབ། །ཅེར་དག་སྒྲུ་བྱ་བྱུང་ཆང་  
ཞེག་བཅས། །རྟུང་བྱུང་དགོང་རྟུང་འཐུར་ཅ་ན། །རྟུང་གི་བྱ་བྱན་ཉི་ལི་ལི། །  
དེ་ལ་རྟུང་གི་དམག་མི་འབུམ། །ཤར་ཕྱོགས་སྒྲུང་བའི་ཐེར་མ་ཡིན། །མཐུ་  
ཆེན་མཁར་གྱི་ལྟོ་ཕྱོགས་ན། །དག་སྒྲུ་ཞེ་སྒྲུང་མགར་ནག་གིས། །ལྟན་པའི་  
མཁར་ཆང་དགུ་རིམ་བྲས། །ཐེར་མའི་མགར་ཆང་དེ་ལ་བྱ། །མཁར་གྱི་ལོག་

རེར་ཁྲོ་བོ་རེ། ཁྲུང་དཀར་ཁྲི་ཡི་གདན་ལ་བཞུགས། ཁྲོ་བོ་སྤྲང་དང་དགུ་  
བརྒྱར་སྒྲུལ། སྤྲོད་ན་སྒྲོག་གི་ཞགས་པ་འབྲིལ། སྤྲོད་ན་བསྐལ་བའི་མུན་  
པ་འབྲིག། སྤྲོད་པ་རེ་འབྲམས་སྒྲུལ་གྱིས་དགྲིས། སྤྲོལ་དཀར་འབུམ་གྱི་  
ཕྱག་བརྟན་བྱེད། ཁྲོ་ཕྱོགས་སྤྲང་བའི་མེར་མ་ཡིན། མཐུ་ཆེན་མཁར་གྱི་  
རྩ་བ་ཕྱོགས་སྤྲ། དག་སྤྲ་དྲུང་ཁས་ཚང་ཡང་བཅས། ཁྲ་ཆེན་མེར་བ་འབབ་  
པ་བཞིན། ཁྲ་ཕྱག་ཁྲ་འཕང་འདྲིལ་བ་འདྲ། ཁྲ་མོ་ལུ་ལྷག་འཇུ་བས་འཇུ་བས་  
བྱེད། གཤོག་པ་རེ་རེ་སྒྲུགས་པ་ལས། གཟི་ཡི་བྱ་བུན་ཐོ་རོ་རོ། ཇེ་ལས་  
གཟི་ཡི་དམག་མི་འབུམ། སྤྲ་མོ་འབུམ་གྱི་གདན་ལ་བཞུགས། རྩ་བ་  
ཕྱོགས་སྤྲང་བའི་མེར་མ་ཡིན། མཐུ་ཆེན་མཁར་གྱི་བྱང་སྒོ་ན། ཁྲོ་ག་ཁྲང་  
དཀར་མོའི་ཚང་ཡང་བཅས། དྲུང་གི་ཁྲོ་ག་ཁྲང་དགུ་འབུམ་རེ། འབྲུར་སྤྲང་  
བཏོན་ནས་འཕུར་བ་ན། གཡུ་བུན་སྤོན་པོ་ཕྱ་ལུ་ལུ། ཇེ་ལས་གཡུ་ཡི་དམག་  
མི་འབུམ། བྱང་ཕྱོགས་སྤྲང་བའི་མེར་མ་ཡིན། སྤྲུ་མཁར་དེ་ཡི་ནད་ཤེད་  
ན། མཐུ་ཆེན་མགོན་པོ་ལྷམ་དྲལ་བཞུགས། མཐུ་ཆེན་ལྷམ་དྲལ་མཚན་  
ཉིད་ནི། སྤྲུ་སྤྲོད་མི་ལ་སྤྲུ་སྤྲང་འབྲུག། ཁྲུ་སྤོན་མོ་ལ་སྒྲོག་གི་ཕྱེ། མེང་གའི་  
མགོ་ལ་ཟངས་གྱི་ལ། འྲོད་པ་རྒྱུད་གི་འཁོར་ལོ་ཅན། ཁྲུག་ནི་སྤྲིང་བཞིའི་  
བར་སྤྲང་རྒྱག། གནས་པ་མཐུ་ཆེན་མཁར་ལ་གནས། བརྒྱག་བཟང་བྱུང་  
ནདེ་ལ་སྤྲ། དམག་ཆེན་དྲ་མ་ཆ་ཉིན་དགོས། ཁོ་ལྷ་དག་ལྷ་གཉན་པོ་  
ཡིན། མིང་པ་འེ་འབྲམས་གཟེན་ལ་ཆས། རེ་ནི་དམག་གི་ཐོ་ལྷ་རེ། །

འབུམས་ནི་བདུད་དང་ངམ་ལ་འབུམས། །རེ་འབུམས་བྱ་བའི་གཏན་ཚིགས་  
སོ། །བརྒྱ་ཚོའི་གཡིས་ལྟ་མི་གང་། །སྤྱོད་ཚོའི་ཐུག་གིས་ཁ་མི་དམར། །དེ་  
ཐུར་རང་སའི་བཅན་སར་དགོས། །གཏད་ན་མི་ཐུག་སྟོ་འཛིན་ཡིན། །ཕྱི་ས་  
སྟོ་བཞིར་འདི་བབ་ན། །རེ་འབུམས་འདྲ་བའི་དགྲ་དོ་ཡིན། །  
མཁར་ཅུ་དེ་ལ་བརྒྱག་སོང་ན། །གཞུང་ལ་སེ་བྱོ་བོ་འམ། །སྤྱག་རི་ཐུ་མོ་ཞེས་  
ཀུང་བྱ། །ཡང་ན་དུང་སྤང་དཀར་པོ་ཟེར། །གཉིས་པ་བརྒྱག་ན་  
བསྤང་སྤྱག་པོ་འམ། །གལ་བར་འུག་པ་གསེར་མིག་ཡིན། །ལྷག་པར་བཅན་  
འགྲོས་བྱེད་ན་བཟང་། །དེ་གཉིས་བཟང་བའི་སྡེ་ཚན་ཡིན། །  
སྟོ་བརྒྱག་དུང་སྤང་ནག་པོ་འམ། །ཡང་ན་གཡི་ལྷུ་མ་དཀར་ཟེར། །སྟོན་པའི་  
དུང་སྤང་རྟོལ་གྱིས་བསང། །དགྲ་གཞི་དུར་གསུམ་ཀུན་ལ་ངན། །འདི་ཕྱིན་  
པོའི་སྟོ་མདའ་ཡིན་པས་ན། །སྤྱིང་མིག་སྟོག་གསུམ་ཅུ་འཛིན་བཞིར། །བབ་  
ན་སྟོ་མདས་ཕོག་པ་ཡིན། །ཕྱི་སར་སྟོ་མདའ་དགྲ་ལ་ཕོག། །མ་ལ་བརྒྱག་  
གཉིས་འབྱུང་ཚུལ་ལ། །རྣམ་གྲངས་གསུམ་ཡོད་གསུམ་བརྒྱག་གཅིག་ །དེ་  
དག་གཞུང་སྤང་ཆེན་ཡིན། །བཟང་ངན་རིམ་པ་རིག་པས་ཤེས། །དེ་ཡི་ལན་  
དུ་མ་ཟེར། །དུང་སྤང་རྟོལ་སྤྱང་བ་ཡིན། །བཞོག་རྣམ་གསུམ་གར་  
བབ་ཀུང་། །འགག་གིར་གི་བའི་སྤྱི་ངན་གྱིས། །མོ་བཅུན་རང་ཉིད་འགག་  
ཀུང་སྤྱིད། །ལོ་མལ་གང་བབ་ནད་པར་རྩུབ། །གལ་བར་ཐུ་ལ་  
བརྒྱག་གཅིག་བྱུང་། །གལ་བར་སྤང་ཆེན་ཐོད་དཀར་ཟེར། །ཞང་ཞོང་ཐུག་

བས་མིང་བཏགས་པ། །རང་བྱུང་ཉི་མ་འོད་ཟེར་བརྒྱག། །ཁང་ཁོང་བར་བས་  
 མིང་བཏགས་པ། །ཀླན་གསལ་ཤེལ་གྱི་མེ་འོད་བརྒྱག། །ཁང་ཁོང་སྒོ་བས་  
 མིང་བཏགས་པ། །གལ་བར་བདུད་ཅིའི་ཐིག་པ་ཟེར། །ཡང་དག་གཤེན་གྱིས་  
 མིང་བཏགས་པ། །གལ་བར་ལ་སེའབྲུག་རིས་བརྒྱག། མིང་པ་དང་པོའི་དུས་  
 གྱི་ཚེ། །དཔལ་པོན་ར་ལྷགས་རིང་ལ་བབ། །དཔལ་པོན་མཁས་པར་ལྷགས་  
 གྱི་ས། །ལྷགས་གྱི་ཐེའུ་རང་བཏུལ་ནས་སྟ། །གྲི་ཁམས་མ་ལུས་དབང་དུ་  
 བསྐྱས། མིང་པ་ཐ་མའི་དུས་གྱི་ཚེ། །སྤང་ཆེན་ས་ལ་རབ་བཏྟན་གྱིས། །ས་  
 གཞི་མེར་པོ་བསྐྱར་ཉིན་བབས། །འདི་དག་སྒྲ་སྒྲུང་དཀར་ཤེད་རྒྱས་ཡིན། །ལུ་བ་  
 ལུང་རྣམས་གྱི་ཤེར་མ་ཡིན། །~~མུ་~~ ལུ་ལ་བརྒྱག་གཉིས་བྱུང་བ་ན། །  
 ཐལ་དཀར་མཆེ་བ་དུག་ལྷན་བརྒྱག། །~~མུ་~~ ལུ་ལ་བརྒྱག་གསུམ་བྱུང་  
 བ་ན། །ལུ་མཆོག་ས་སྤྱང་དབང་པོ་བརྒྱག། །དེ་ལྟར་ལུ་བརྒྱག་རྣམ་གྲངས་  
 གསུམ། །ཤིན་ཏུ་བཟང་བའི་མོ་མདུད་ཡིན། །~~མུ་~~ གལ་བར་མ་ཡི་  
 ཁོག་བརྒྱག་ལ། །བདུད་ཅི་ཐིག་པ་ཞེས་ཀྱང་ཟེར། །ཐིག་པ་དག་ལ་མ་ཤོར་  
 དགོས། །སྒོ་བཞིར་བབ་ན་ཤོར་བ་ཡིན། །ལུ་ཡི་ཁོག་བརྒྱག་ཐོད་དཀར་  
 ཟེར། །ལྷགས་མཁར་དགྲུ་རིམ་སྒོ་སྤྱང་བའི། །ཤེར་མ་དུང་གི་ཡ་ཐོད་ཅན། །  
 རོམ་ཁམས་གནོན་པའི་ཕོ་ལྷ་ཡིན། །ཕོ་ལྷ་གཤེད་དུ་མ་བབ་དགོས། །ཐྱི་སར་  
 ཤོར་ན་གཤེད་དུ་བབ། །ལན་གྱིས་མི་ཐུབ་དགྲའོ་ཡིན། །དེ་ནས་མ་ཐུའི་  
 བརྒྱག་འདོམ་ཚུལ། །མཁར་ཅེ་བརྒྱག་པ་གཞིར་བཞག་ལ། །ལུ་བརྒྱག་གསུམ་

པོས་བསྐྱར་ནས་སྟ། །དུང་སྤང་ཐོད་དཀར་ལ་སོགས་པའི། །མིང་འདོགས་  
རིག་པས་སྐྱར་ཏེ་ཤེས། །དེ་བཞིན་བན་སྤང་ཐོད་དཀར་སོགས། །གཉིས་  
པ་ལ་ཡང་ནམ་གངས་བསྐྱེ། །སྒོ་བརྒྱལ་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་དུ། །ངམ་སྤང་  
གིས་དངས་མིང་གཞན་སྐྱར། །མ་ཡི་གཉིས་བརྒྱལ་གསུམ་པོ་དང་། །ལུ་བརྒྱལ་  
གསུམ་སྐྱར་ནམ་གངས་དགྲ། །མ་བརྒྱལ་གསུམ་པ་གཅིག་པོ་ལ། །ལུ་བརྒྱལ་  
གསུམ་སྐྱར་ནམ་གངས་གསུམ། །སོ་སོའི་མིང་འདོགས་གོང་ལྟར་སྐྱར། །དེ་  
བཞིན་ཁོག་བརྒྱལ་ལ་ཡང་འགྲ། །མིང་འདོགས་མི་འདྲ་སྒྲ་ཆོགས་དང་། །  
བཤད་པ་སྒྲ་ཆོགས་ཅི་རིགས་ཀྱང་། །གོང་ལས་དབག་སྟེ་ཤེས་པར་བྱ། །  
འདིར་ནི་སྟོང་པོ་མདོར་བསྐྱས་པའོ། །~~ཁ་~~མ་ལུའི་ར་དུག་བརྒྱལ་པ་  
ན། །གལ་བར་བརྒྱལ་དུག་ལ་སྟོད་ཟེར། །སྤང་ཆེན་ས་ལ་རབ་བརྟན་ཡིན། །  
ཡང་དག་དུ་བ་ཆེན་མོ་ཡིན། །གལ་བར་འཁོར་ལོ་རང་གྲུབ་སྟེ། །གནམ་ལ་  
འཁོར་ལོ་འབུམ་སྟེ་བརྒྱལ། །ཡང་དག་དུ་བ་འབུམ་གོང་བརྒྱལ། །དག་སྤའི་  
སྤང་དཀར་མཆལ་ཐིག་ཡིན། །དམག་ཆེན་འབྱེད་ན་ལྟག་པར་བཟང་། །  
ལར་ཅི་བདབ་ཅི་ཡི་མོ་ལ་ཡང་། །ཆེས་ཐལ་མེད་ན་ཤིག་ཏུ་བཟང་། །དེ་ལྟར་  
གལ་བར་བརྒྱལ་བཟང་རིགས། །པས་རྒྱོལ་གང་གིས་མི་ཚུགས་པའི། །ལྟ་  
དབང་ཞོན་པ་སྤང་ཆེན་ཡིན། །གསེར་རི་རི་རབ་སྤྲ་མདུད་དེ། །མི་གཅིག་  
མི་བརྒྱ་འཕེལ་བའི་མོ། །མི་ལོར་ཆོས་གསུམ་དུས་གཅིག་འདོམས། །གང་  
བསམ་འགྲུབ་ཅིང་སོ་སྟོ་བརྟན། །བརྟན་ཚུས་རྒྱ་མཆོ་བཞིན་དུ་འཕེལ། །

རང་སར་བཟང་ཞིང་གྱི་སར་ངན། །ལར་གཅིག་གི་སྤྲོད་དུ་གལ་བར་ན། །  
 ས་ཡི་རྟེན་སྤར་ཚུགས་པ་ཡིན། །རི་རབ་མི་འགྲེལ་རྩིའུ་ཡིན། །ཡུལ་གྱི་ས་  
 བཟུང་མཁར་ཕྱིགས་དང་། །མགོན་པོ་ཆ་བའི་མོ་ལ་བཟང་། །གཉིས་ལ་  
 བ་མེས་དུར་ས་བདེ། །གཙོང་ནད་ཅན་གྱི་མོ་ལ་བཟང་། །དག་སྤར་དག་  
 ཡིང་ཡང་ཡིན། །སྒོ་བརྒྱུ་ཁྱེད་མིའི་སྤྲོད་དུ་བཅུག། །གསུམ་ལ་བརྟན་བའི་  
 རི་བོ་ཚུགས། །བུ་ཡི་སྤྲོད་མཐའ་འཕེལ་བ་ཡིན། །ཁྱེད་པོའི་མི་སྒྲུབ་ལྟ་ཡིས་  
 སྤེལ། །བཞི་ལ་སྤྲུལ་ལོར་རྒྱས་ཡིན། །གསེར་གྱི་པ་འོང་གུན་ལ་འདིལ། །  
 ལོར་གཡང་མི་ཉམས་རྩིའུ་ཡིན། །དག་སྤེལ་སྤར་སྤང་ཚུགས་པ་ཡིན། །ཅི་  
 བཏུབ་ཅི་ལ་བཟང་ན་ཡང་། །དམང་པོས་སྤྲོད་བསྐྱར་བྱེད་ན་ངན། །སྒྲན་ནད་  
 ཅན་ལ་ལྟག་བར་ངན། །གཙོང་གི་སྒྲན་དོར་ཡིས་སྤྲོ། །ལྟ་ལ་དག་པོ་རི་  
 ཅམ་གཡོ། །མདོ་སྒྲོགས་དབང་ལྷག་ཟེར་མདོས་དང་། །བརྒྱ་བཞི་སྤྲོད་སྤྲུགས་  
 པོར་བ་དགོས། །དུག་ལ་དཔལ་གྱི་རི་བོ་ཡིན། །བསྐྱར་སྤྲུག་པོས་རང་ས་  
 ཟེན། །ལྷ་ལྷུ་མ་རྒྱལ་མོའི་སྤྲོད་ཡིན། །ཁྱིམ་སའི་རྟེན་སྤར་ཚུགས་པ་ཡིན། །  
 སྤྲོད་དཀར་བཟན་དེ་བས་བཟང་། །བདུན་སྤྲུག་པའི་སྤྲོད་མཐའ་བྲག་ལ་གཏང་། །  
 སྤྲུག་པ་ཆེ་རིང་ནད་དང་བྲལ། །པ་ཚན་ཆེ་ལ་མི་གཏངས་འཕེལ། །བརྒྱུད་བན་  
 སྤང་སྤྲུག་པོས་རི་རབ་བཟུང་། །རྒྱལ་པོའི་གདན་ས་མི་འཆོར་ཞིང་། །ངན་  
 པ་དག་སྤར་རྩིའུ་ཡིན། །སྤྲོག་སྤྲུ་བརྟན་ཅིང་གཞི་ལ་བརྩིང་། །དག་གསལ་  
 མཁར་སྤོན་གྱིས་བཟུང་བ་ཡིན། །ལྷ་མཆོད་དང་ནི་སྤྲུག་གསལ་བྱ། །འི་སྤྲུག་

ཡོད་ན་ཆོད་པ་ཡིན། །གཤེན་རབ་ཕྱག་རྒྱས་ལུབ་སྒྲོ་བཅད། །བརྩ་བྱིམ་ས་  
 སྒྲིན་གྱིས་མ་སྒྲོག་ཞིང། །འབྱུང་བ་གདགས་སྒྲིབ་མ་ལོག་བཟང། །ལོ་གསུམ་  
 བར་དུ་བྱིམ་ཕུ་ཚུགས། །བརྩ་གཅིག་སྤང་མ་ཉག་ཏུ་འགོ། །བྱུང་བྱུང་དཀར་  
 སེའི་སྒྲགན་དར། །ལྷག་པར་བྲག་བཙན་འགོ་བཡིན། །སྤང་ཆེན་རི་རབ་  
 ཅེ་ལ་ལུད། །འདྲེ་སྒྲིན་ཕྱག་རྒྱའི་ལོག་ཏུ་མཁན། །བརྩ་གཉིས་ངམ་གྱི་ཤ་  
 མཐའ་བྲག་དམར་ཡིན། །བྱང་ནས་དག་ཆེན་འགྲུལ་བཡིན། །བདུད་བཙུགས་  
 བྱ་ཞིང་དགོན་བཙུགས་འདོན། །ལྷག་པར་བརྒྱག་ཁ་ཡོད་ན་ངན། །གལ་  
 བར་ཐོད་དཀར་བབ་བ་ན། །སྤང་མཆོད་ལེན་པའི་མོ་ལ་ངན། །ཁོར་ལ་སྒྲོ་ཅི་  
 བརྒྱབ་ན་ངན། །བརྩ་གསུམ་རི་འཕང་གནམ་དུ་སྒྲེབས། །ཅེ་མོར་ལྷ་ཡི་ཕོ་  
 བྱང་ཚུགས། །སྒྲོན་པའི་དུང་སྤང་དཀར་སེའི་དེ། །དཔའ་སྒྲིད་རི་སེའི་ཅེ་ནས་  
 བཏོན། །འདི་བརྒྱག་ཅན་རང་སར་བབ་བ་ན། །གསེར་ལ་གཡུ་ཡིས་སྒྲུས་  
 པ་ཡིན། །ཁྱི་སར་ངམ་སྤང་ར་གཡུག་བྱས། །དུར་སྤང་ངར་སྤྲོད་འབྱོན་པ་  
 ཡིན། །དག་འོ་ཡོད་པས་དག་བཙུགས་བྱ། །གལ་བར་ལན་དུ་དིང་དིང་ན། །  
 ཟས་ཁོར་འཕེལ་པའི་མོ་མདུད་ཡིན། །སྒྲིན་དིང་བྲེ་སྤང་འགྲོ་ལོག་བྱས། །  
 ཡུལ་ལ་སྤྲོད་ཆེན་ལྷ་བརྒྱབས། །གལ་བར་ལན་དུ་གལ་བར་ན། །བྱུག་གསེར་  
 མཁར་ཆང་བཡིན། །གསུང་ལན་དུ་བྱ་ཡུན་ན། །སྤང་བྱ་དཀར་སོ་གསོག་པ་  
 རྒྱས། །གཞན་ལ་ཁོང་ཁྱེལ་སྒྲེས་པས་བཟང། །བག་བྱ་རི་ལ་གསེར་ཉི་ཤར། །  
 བྱ་བུར་མཁར་ཅེར་ལྷ་བཤར། །ཁབ་མོའི་རང་འོད་ལྷ་ལྷར་གསལ། །ལུས་




ལུས་ལ་དཔའ་ཤེད་རྒྱས། །ལུས་བྱ་ལུན་ས་མིན་སྒྲིམ་གཞོད། །ལ་ཆོ་ཁབ་  
 ཅན་དག་ལས་རྒྱལ། །ལམ་ལ་དཔའ་མདུང་ཚུགས་ངོ་ཡིན། །སྒོ་ཆོ་གྲང་  
 ཆེན་སྒྲུ་ཐོག་རྒྱས། །དུ་དག་གྲང་ཆེན་ཆ་སྒྲར་བྱས། །ཡབ་ལྷ་ཆོ་རིང་ལྷ་  
 བྱིས་ལུག། །སྒྲིང་དཀར་གྲང་ཆེན་མཆོ་ལ་བསྒྲལ། །བྱ་བ་དག་ལ་བྱིད་ལ་  
 ཡིན། །སྒྲིང་གི་ཨ་མོ་སྒྲ་སྒྲ་ན། །མིད་པ་འི་རྟེན་སྤང་བྱད་པ་ཡིན། །བསྐལ་  
 པའི་ཐོག་ཤིང་ཆག་པ་ཡིན། །གལ་བར་ཡབ་ལྷ་བདལ་དུག་ལ། །ལན་ཏུ་  
 ཐེའུ་རང་རྒྱུ་གཅིག་འཛིགས། །སྒྲུ་སྒྲིང་བབ་ན་དེ་ལ་ཟེར། །དམ་སྒྲི་ཐེའུ་  
 རང་མདོས་གྱིས་བཀར། །སྒྲིང་ནག་རི་པོ་གྲུང་བྱིས་དེབ། །ཆོ་ལ་ཆོ་ཁོང་པ་  
 སྒྲིང་གང་བཟང་། །བྲག་ལ་ཁ་ཆང་བཅས་པ་བཅན། །བག་ཆོ་གཉན་གྱི་ཕ་  
 རོར་ཐོབ། །ཁྱུང་བརྒྱུང་མཁར་ཅེར་བྱ་ཁྱུང་ལྷིང་། །ཨ་ཁད་རི་ནགས་མེ་ཡིས་  
 འཛིག། །ཨ་ཁད་ཅེ་མ་བབ་ན་བཟང་། །དམ་དང་འབྲུགས་ཏུས་བཞོད་པ་  
 ཡིན། །ཁྱུང་ཁད་ལྷ་བྱིས་ལུག་ནས་དེབ། །སད་ཁམས་ཡབ་ལྷ་འི་དཔའ་སྒྲུད་  
 བཟང་། །སྒང་ཟེ་ཡབ་ལྷ་འི་དཔའ་སྒྲུད་སྒྲོགས། །བྱོད་སྤང་ཁྱུ་ལྷ་སྒྲོན་པོ་  
 ཡག་ལ་གསལ། །ཁྱི་སྤང་སྒྲུ་གྲང་ར་རྒྱས་བཟང་། །གྲང་ཆེན་མགོ་ཏུས་བཅུན་  
 གྲང་ཟེར། །ཡར་ལྷིང་མཁར་ལ་ཡང་ཐོག་བཅིགས། །སྒྲུ་མཉམ་མཁར་  
 ཅུར་མགོན་ལམ་དོད། །ཅོར་བྲག་ལ་གཡུ་ལུག་བརྟན། །གཡུང་དུང་མཁར་  
 ལ་རྒྱལ་པོ་བཞུགས། །ཀྱེ་བ་མི་ཡི་སྒྲུ་མཁར་བརྟན། །ད་རོག་ལུགས་གྱི་ར་  
 བ་བཅན། །ལུ་དཔལ་གཤེན་གྱི་ཕ་མཁར་ཅིགས། །སྒྲུ་བབ་ཁྱུ་གྲང་སྒྲ་ཅེ་

ཟག། རི་རབ་རྩ་བ་རྒྱ་ཡིས་བཤིག། ཅི་ལ་བདེ་བ་ཀྱང་རན་བ་ལ། །སྤྱུག་  
བསྐལ་ཅན་གྱི་མོ་ལ་བཟང་། །སྤྱུམ་སེ་སྤྱང་ཆེན་དེ་བ་གིར་གི། །སྤྱུམ་ཆད་  
སྟོང་ལ་སྤྱང་པོ་སྟོར། །སྤྱུམ་ནག་སྤྱེ་གིང་ཅེ་ལ་གི་བྱ་བ་བས། །བྱ་རལ་རི་  
རབ་རྩལ་དུ་ཞིག། །གནང་རྒྱུ་མི་དང་མཐོན་ཅོད་ཡོད། །སྟོང་སྤྱང་གང་ཡིན་  
དེ་སྟར་ནི། །འཕྲོར་ཞིག་བྱེ་བྱལ་སྤྱུག་བསྐལ་ངོ་། །གནམ་ས་བྱ་རལ་སྤྱུ་རྩེ་  
བདུད་ཀྱིས་བསང། །གིང་གས་བྱ་རལ་གནམ་སའི་དམུ་དག་ཆད། །ཡི་  
ཡན་རི་རབ་བང་རིམ་འཆུག། །ཡབ་ལྟ་བདུད་དང་ཐུད་བ་ཡིན། །སྤྱུག་པོའི་  
བང་མཛོད་སྟོང་བ་ཡིན། །མར་ལྷིང་ས་བྱིས་ས་གཡོས་སྤྱུག་ས་བ་ཡིན། །སྟོ་  
བར་ཡེ་རྩེ་ངམ་ཤོར་ངན། །སྟོ་སྟོང་གསེར་བྱི་རྟེན་དུ་ཆག། །གལ་བར་ལན་  
དུ་སོ་ཡོན་ན། །ཆན་མོ་ཆས་ནས་བྱ་གི་ཡིན། །རུ་སྟོང་དབང་མཁར་བདུད་  
ཀྱིས་བཅོམ། །མ་ཟེ་བྱ་བྱ་བདུད་ཀྱིས་བསང། །ན་འབན་གསལ་མཁར་ཐོག་  
གིས་བཤིག། །དྲོང་རིགས་མཁར་ལ་སྤྱོད་དོ་ཡོག། །སང་རིགས་ཟེ་མ་ཡེ་ཡོང་  
ཉན། །བྲག་རིགས་སྤྱུ་མཁར་དག་ཡིས་བྱིར། །སེ་སྟོང་འཕྲོང་བྲག་ཡང་ལ་  
ལྟུང་། །བརྒྱག་བཟང་དང་མ་གང་བྱུང་བཟང་། །**ཏུཾ** ཐིག་གྲུ་གཅིག་  
འཇུག་གཅིག་ལྟུང་བ། །བྱ་ཡུན་ཞེས་སྤྱུ་གསལ་བ་སྟེ། །གསལ་བའི་ཉི་མ་རང་  
གར་ཡིན། །སྤྱུ་གཟིགས་བ་སྤྱུན་རྗེའི་རིང་ལ་བབས། །པ་དེ་ལྟ་རྒྱུང་དཀར་  
པོ་ཡིན། །མ་ནི་རྩེ་ཡི་སྤྱོ་ཡིན། །ཁོ་རང་རྒྱ་འཇུག་བྱ་དཀར་ཡིན། །མེས་  
པོ་རང་གི་རྒྱལ་པོ་ཡིན། །ཕྱི་མོ་འོད་གི་སྤྱོན་མེ་ཡིན། །ལུན་ཁམས་སེལ་ཞིང་


ངམ་ཁམས་འདུལ། ཁོ་ལྟའི་ནང་གི་ཡང་ལྟ་ཡིན། ཁག་མ་ས་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོན་  
 མེ་ཡིན། འོ་གསལ་གཉིས་ཀྱི་གོལ་ཕྱག་ཡིན། འུ་པ་སེམས་ཀྱི་མཆོན་  
 ཆོན་ཡིན། འདི་ཡིས་མི་ཐུབ་ཅི་ཡང་མེད། སེམས་ལ་མི་ཤེས་གཅིག་ཀྱང་  
 མེད། འུ་པ་ས་མ་བྱས་གཅིག་ཀྱང་མེད། ལྷ་ལུང་བྲག་དཀར་ཅེ་མོ་དེར། འ  
 བྱ་མ་ཐུའི་བྱ་ཆང་བཅས་པ་ཡིན། བྱ་བ་སྒྲོན་ལམ་བྲག་ལ་བཏབ། བྱ་དཀར་  
 དཔུལ་གཤོག་འདབ་བརྒྱ་སྤྱིད། བྱུང་པར་གཡས་སུ་བཏགས་ན་བཟང་། འ  
 བྱ་ཡུན་དང་ཅེ་དཀར་མོ་ཟེར། རྒྱལ་ཁམས་གསལ་བའི་སྒྲོན་མ་ཡིན། ཁོ་  
 ཡོན་ཐུན་པ་གསལ་མི་ཡིན། དབྱིས་ཀྱི་བྲག་མཆོ་རྒྱམ་མི་ཡིན། སྒྲོན་པའི་  
 ལྟ་བྱ་དཀར་པོ་དེ། སྒྲོན་མཁར་ཅེ་ནས་བབ་པ་ཡིན། བྱི་ཡི་ཐིག་གུ་བཞི་  
 འབྲེལ་བ། སྒྲོན་མཁར་གྱུ་བཞི་ཡོད་པ་ཡིན། སང་གཅིག་སལ་ཡར་བའོ། འ  
 དུང་སྒྲོང་སལ་འཕར་བ་ཡིན། དུ་ཐུ་ཐག་གྱེན་དུ་འཇུས་པ་ནི། ཡེ་སྒྲོན་ཁ་  
 འཛིན་བྱེད་པ་ཡིན། ཐིག་གུ་དང་པོར་དུ་ཐུ་ཐག་འཇུས། བྱ་ཡུན་དཀར་པོ་དུང་  
 ཤིང་ཡིན། ཁག་ཉིས་པར་ལྟ་མཉམ་འཇུས་པ་ཡིན། ཁག་ཐུམ་པར་བྱ་ཡུན་དམར་  
 པོ་ཡིན། ཁོ་རྟ་དག་ལ་འཇུས་པ་ན། བྱ་ཡུན་རྟག་མོ་བྱ་བ་ཡིན། རྟག་པ་  
 ཁ་འཐམ་བདུད་ཀྱི་བྱ། ཟས་དེ་ཡི་ལ་ཟ་བ་ཡིན། ཁ་འཛིན་ངམ་ལ་བྱེད་  
 པ་ཡིན། འཇུས་རིགས་བཟང་ངན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། དེ་ཡི་ཚུལ་དུ་ཤེས་  
 པར་བྱ། བྱ་ཡུན་གོལ་ཕྱག་ཐུ་ས་ཡིན། ཁག་ལུང་དུང་དིང་མོ་གལ་ཆེན་ཡིན། འ  
 བྱ་ཡུན་ལྟག་བདུད་སང་ཟེ་ཡིན། བྱ་ཡུན་གཟན་དེ་སེ་སྟོད་ཡིན། ཆོལ་ཆོ

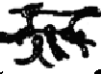

ལྷགས་མདོག་དྲུག་པོ་ཡི། །འདུས་སོ་བྱ་ཡུན་དང་ཅེ་ཡིན། །གཅིག་གི་སྟེང་  
དུ་བྱ་ཡུན་ན། །བསོད་ནམས་མེ་ལྟར་འབར་བ་ཡིན། །མྱུང་རྟེན་ཀ་བ་ཚུགས་  
བ་ཡིན། །གཉིས་དག་མེད་ཡུལ་ནས་བྱ་བ་དང་འོང་། །མི་གཉིས་གཏམ་ཁྱེར་  
ཤར་ནས་འབྱུང་། །གསུམ་སྒྲུང་གསལ་སྟོན་མེ་བཏེགས་བ་ཡིན། །སྒྲིབ་ལྷག་  
མི་འོང་རྒྱུ་ཡིན། །བཞི་ཉི་མའི་འོད་ཀྱིས་གཡང་ཁང་གསལ། །ཁོར་འོད་  
ཅན་ལག་རྒྱ་ལོན་དོ་ཡིན། །ལྷ་ལ་མི་སྟོ་སྟོན་ལ་ཤོར། །འུད་མེད་སྟེས་བ་གཞན་  
དང་འགྲོག་ །དཔལ་གསོ་ཤེར་སྟོང་ཏོག་གཟུང་སྟོན་གས། །དྲུག་སྟེན་མཛེས་  
མའི་མགོ་ལ་ཉི་མ་ཤར། །ཁྱིམ་ས་མི་འཐོར་རྒྱུ་ཡིན། །ལོ་གཅིག་བར་དུ་  
རོ་མི་ཡོང་། །བདུན་གྲགས་ཅན་མགོན་སྐུ་བས་བཙན་གྱིས་བྱེད། །སྟོ་ལྷུང་  
སེམས་གསལ་སྟོན་མེ་ཡིན། །བརྒྱད་མི་ཆེན་གྱིས་མགོན་སྐུ་བས་བྱེད་བ་ཡིན། །  
དག་པོས་མི་ཚུགས་རྒྱུ་ཡིན། །དགྲ་བེད་ཀར་ལྷགས་སུ་ཞུགས་བ་ཡིན། །  
གདོན་དག་པོ་སྟེས་བའི་སྟོང་ལ་འཇུག་ །དགོན་བཙེགས་འདོན་ཞིང་གཉན་  
བཙན་བྱ། །བཅུ་བྱ་ལྷུང་ལས་ལ་དར་གྱིས་བརྒྱན། །མདུན་དོ་མེད་བའི་རྒྱུ་  
ཡིན། །བྱ་ཡུན་དོ་སོ་བཅུ་ལ་ཡོད། །བཅུ་གཅིག་དག་སྟེ་ཉི་ཟེར་ཞོན། །སྟོ་བདེ་  
ནད་མེད་རྒྱུ་ཡིན། །བཅུ་གཉིས་ཉི་མ་ས་འོག་སོང་། །སྟོན་བའི་གསས་མཁའ་  
ངམ་གྱིས་ཁྱེར། །གདོན་སྟོང་འཇུག་སྐུ་བཤོལ་གཟེར་མིག་འདོན། །བཅུ་  
གསུམ་ཉི་མ་དགའ་ནས་ཤར། །ངན་དགྲ་ཐུབ་བའི་རྒྱུ་ཡིན། །ལོ་གསུམ་  
བར་དུ་མདུན་མི་ཡོག་ །དུན་དུན་ནད་བ་མིན་བ་ཀུན་ལ་བཟང་། །སྦྱིར་བརྒྱད་

དང་བརྩ་གཅིག་འདི་བབ་ནས། །བརྩ་གསུམ་ཅེ་མོ་མ་ལད་ན། །བྱ་མཁར་  
 རྒྱལ་མ་ནས་བྱ་ལྷག་ཚར། །བ་ཁོག་རྣམ་གསུམ་གར་བབ་ཀྱང་། །སྒྲོན་ལམ་  
 རྒྱལ་གི་རྒྱུ་ཡིན། །གནས་མལ་རྣམ་གསུམ་གར་བབས་ཀྱང་། །སྒྲོ་མི་ཉེས་  
 པའི་གཏན་ཚིགས་ཡིན། །བྱི་ས་ཡུལ་བཞི་གར་བབ་ཀྱང་། །དག་པོ་སོ་ལ་  
 ཆས་བ་ཡིན། །སོ་ལེན་སོ་འདྲུགས་མོ་ལ་ངན། །**ཏུ་**བྱ་ཡུན་བརྒྱག་  
 ཁ་དང་པོ་ནི། །བྱ་ཡུན་དཔལ་དཀར་ཆབ་མིག་ཡིན། །ཁང་ཁོང་ལྷག་པས་  
 མིང་བཏགས་པ། །བྱ་བཟང་འདབ་དཀར་ཆོ་ལོ་རིས། །ཁང་ཁོང་བར་པས་  
 མིང་བཏགས་པ། །གསེར་འདབ་དཔལ་པོ་དྲུང་ལོ་བརྒྱག་ །ཁང་ཁོང་སྒྲོ་བས་  
 མིང་བཏགས་པ། །ལྷ་བྱ་ལི་མ་མདངས་བཟང་བཀྲ། །ཡང་དག་གཤེན་གྱི་  
 མཚན་གསོལ་བ། །བྱ་ཡུན་དངས་ཅེ་དཀར་མོ་ཡིན། །གཞན་ཡང་བ་དཀར་  
 གསེར་ལོ་བརྒྱག་ །ལ་སོགས་མིང་འདོགས་སྒྲ་ཆོགས་ཡོད། །དྲོ་ལ་གསལ་  
 པའི་ཉི་མ་ཡིན། །ཡང་ལ་འཇམ་པའི་དར་གོས་ཡིན། །མཛེས་ལ་སྐྱག་པའི་  
 མ་བྱ་ཡིན། །སྦྱིད་གྱི་ཉི་མ་རང་གར་ཡིན། །སྒྲོན་མཁར་གྱུ་བཞིའི་ཡར་ཅེ་  
 བ། །དྲུང་གི་བྱ་ལུན་ཉི་ལི་ལི། །བྱ་ལུན་རེ་ལ་སོ་ལྷ་རེ། །ངམ་གྱི་གཡུལ་སོ་  
 ལུང་དུ་བྱིས། །འདི་གིང་དུག་བས་ཀྱང་ཅེ་རེ་རྒྱ། །མེ་དུག་བས་ཀྱང་འོད་རེ་  
 གསལ། །ས་དུག་བས་ཀྱང་རྒྱ་རེ་ཆེ། །ལྷགས་དུག་བས་ཀྱང་སྒྲོག་རེ་སྤ། །  
 རྒྱ་དུག་བས་ཀྱང་མཐའ་རེ་རིང་། །ཡོད་ཁམས་ལྷ་ཡི་བྱ་ཞིག་ཡིན། །འདབ་  
 ཆགས་ཐེ་སེ་མགོན་ནེ་ཡིན། །བྱ་ཚང་རྣམ་མཁར་བསགས་པ་ལ། །གཡང་

ལྷུང་མེད་པའི་ཐོ་ཚོད་ཡོད། །བྱ་བ་རྒྱས་བསྐྱོར་བའི་བསོད་ནམས་ཡོད། །  
 ལྷོག་སྒྲིམ་མེད་པའི་དཔལ་འབྱོར་ཡོད། །དཔལ་བའི་འགྲོ་བ་འདྲེན་མཁན་  
 ཡིན། །ཡོད་བཞི་ཚང་བའི་མོ་མདུད་ཡིན། །དབྱ་གཞི་དོན་གསུམ་རྒྱས་ཕྱ་  
 དང་། །ཡ་མ་རྟ་རྒྱལ་ཐག་རྒྱན་ལ། །རང་སའི་བཅའ་ས་གར་བབ་ཀྱང་། །  
 ཏ་ཏ་མོད་པའི་ཁོར་ཐོབ་ཅིང་། །ཕྱི་ལྷག་རྒྱལ་བའི་རྒྱས་ལེགས་ཐོབ། །ཁྱིད་  
 པའི་བུ་རྒྱུ་མི་ཁོར་འཕེལ། །མི་གཡང་རྒྱ་རྒྱལ་སྟན་དུ་ཐོས། །ནམ་ལང་ཉི་  
 ཤར་དུས་གཅིག་འཛོམས། །འབྲུ་སྟོན་མགོ་ལ་ཉི་མ་ཤར། །རྒྱས་དང་བསྟན་  
 པ་དར་རྒྱས་འོང་། །བརྒྱལ་ནང་ཐིག་གུ་འཇུག་པ་ན། །དུལ་དཀར་ཆབ་  
 མིག་སྒྲོགས་པ་ཡིན། །དམག་མགོན་དོན་གྲུབ་སྦྱེར་མ་ཡིན། །སོ་སོར་གནས་  
 བ་བུ་ལྟར་བབ། །བུ་ལྟར་བབ་ན་བུ་བས་གཅིས། །དེ་བཞིན་འོག་མ་ལ་ཡང་  
 འགྲེ།  གཉིས་པར་བརྒྱལ་ན་དཔུ་མང་ཟེར། །བྱ་ལུན་སྒྲུག་མོ་  
 གཡང་མཚོ་འདི། །བྱ་ལུན་དུལ་དཀར་མེ་འོང་བརྒྱལ། །དུལ་དཀར་མེ་  
 འོང་ཕྱིས་ན་གསལ། །ལྷ་མོ་རྒྱ་མོ་མཚོད་ན་མགོན། །ལོ་ལྷ་རྟ་ལ་ཞོན་པ་  
 ཡིན། །སྦྱེར་མ་སྒྲོ་བ་ལྟས་བྱས་པ་ཡིན། །ཐག་རིང་མགོན་པོ་སྦྱེབས་པ་ལ། །  
 རྒྱད་སྟན་གྲོག་དང་བཅས་ངོ་ཡིན། །བཟང་གསུམ་ལྷ་གསོལ་བྱེད་པ་ལ། །  
 རྒྱང་ཁ་བཟང་པོ་འོང་ངོ་ཡིན། །བྱ་སྒྲུང་ལོ་པའི་ལྷ་སྟན་ཡིན། །མི་ཁོར་ཟས་  
 གསུམ་ཚང་ངོ་ཡིན། །དཀར་པོ་དུང་གི་འདན་བུ་ཡིན། །བཤོག་གནས་མལ་  
 གར་ཡང་བརྟེན། །དབྱ་གཞི་དོན་གསུམ་ཀུན་ལ་བཟང་། །རྟ་རྒྱལ་བྱས་ན་



ཐེག་དཀར་འབྲུད། ། གསུམ་པ་འདི་ལ་བརྒྱག་སྤང་ན། ། བྱ་ཡུན་  
 སྒྲོ་མོ་གོང་མོ་བརྒྱག། གོང་མོའི་ལུས་ལ་གཤོག་དུག་རྒྱས། ། སྤང་དཀར་  
 བརྒྱལ་པས་མོན་དཀར་ལོན། ། སྤང་མཁར་བརྩིགས་པས་གསེར་མཁར་  
 ཐོན། ། འདི་ཡང་གསལ་བ་གྲོག་གི་དོ། ། ཁ་ཅིག་འདྲེ་བྱ་དམར་མོ་ཞེས། །  
 ངན་བཤད་ཡོད་ཀྱང་མི་ངན་བཟང་། །  བྱ་ཡུན་སྒྲོ་ལ་བརྒྱག་བཅས་  
 ན། ། བྱ་ཡུན་སྒྲོན་མོ་ཤ་ཟན་ནམ། ། ཡང་ན་འདྲེ་བྱ་ནག་མོ་ཟེར། གོད་ཤ་  
 ཟ་བའི་གྲུག་མོ་ཡིན། ། བྱ་ཡུན་ནང་གི་སེ་སྒྲོད་ཡིན། ། བྱ་དཀར་གྲིབ་མ་ནག་  
 པོ་ཡིན། ། ཏྲ་ཐོད་བྱ་ཡིས་བཏོགས་དོ་ཡིན། ། བརྒྱ་ཆེའི་ཤ་ཡིས་ཡིད་མ་ཆེམ། །  
 སྤང་ཆེའི་ཐྲག་གི་སྒྲོམ་མ་སོད། ། དག་གཞི་དུར་གསུམ་ཀྱན་ལ་ངན། ། ལྷག་  
 པར་ཏྲ་ནད་མོ་ལ་ངན། ། མགོན་པོ་ཡིན་ན་ལམ་ལོག་དོ། ། དམག་ཆེན་ཡིན་  
 ན་འབྱུལ་སྤྱུག་ཡིན། ། གོང་པ་ནང་འཐབ་འོ་དོ་ཡིན། ། ཅི་བཏབ་ཅི་ལ་ངན་  
 པ་ལ། ། གཏར་ཁ་བྱེད་པའི་མོ་ལ་བཟང་། ། ཅུ་ཆེན་རྒྱང་དང་འབྲུ་བ་ལ། །  
 ཐུབ་ཆེན་དར་ཡུག་ཐུར་བ་ཡིན། ། ཉན་ཐུག་ཁུངས་ནས་ཐོན་པ་ཡིན། ། ལན་  
 དུ་ངན་སྒྲིགས་བབ་པ་ན། ། སྤྲོད་ནད་ཕན་ཡང་སྤྲོད་ནད་འཕེལ། ། འགོ་ནད་  
 ཅན་དེ་འཆིང་ཡིན། ། དེ་ལྟར་བརྒྱག་ཁ་བཞི་པོ་དེ། ། ཕན་ཚུན་འདོམས་པའི་  
 ཚུལ་ལས་ན། ། གཉིས་འདོམ་དཔུལ་དཀར་ཆབ་མིག་དེ། ། འོག་མ་གསུམ་  
 ལ་འདོམ་པ་གསུམ། ། གཡང་མཆོ་འོག་མ་གཉིས་འདོམ་གཉིས། ། གོང་མོ་  
 སྒྲོ་བརྒྱག་འདོམ་པ་གཅིག། གསུམ་འདོམ་དཔུལ་དཀར་གཞིར་བཞག་ལ། །



འོག་མ་གསུམ་པོ་གང་རུང་དེ། རྟོང་པར་བྱས་པ་གསུམ་ཡོད་ལ། གཡང་  
 མཚོ་འོག་གཉིས་འདོམ་པ་གཅིག། དེ་ལྟར་རྣམ་གྲངས་བཅུ་ཡོད་པའི། རང་  
 རས་མོ་སྒོ་མ་གཏོགས་གཞན། །  བརྒྱག་ན་དེུལ་དཀར་ཆབ་  
 གསུམ་ཟེར། བྱ་ཡུན་བྱ་བྲ་ཆེན་མོའམ། ཁིན་ཆེན་བྱ་དཀར་མཚལ་ཐིག་  
 བརྒྱག། འཛམ་གླིང་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ཡིན། འདིས་མི་གསལ་མི་ཐུབ་  
 གཅིག་ཀྱང་མེད། འདི་ལན་གཅིག་བབ་པའི་དུས་བྱུང་ན། བྱ་གངས་ལ་  
 སེང་བྱ་མང་པོ་ཅེ། ཉིན་དུང་བྲག་ཚོད་བྱ་གཤོག་ཅུལ་བརྒྱུར། ཡུལ་སྒྲོན་  
 གླིང་ཚོ་དུག་སྒྲིད་ཐོ་བརྟུང་། བཤོག་གསུམ་བབ་མི་རྒྱུད་འཕེལ། བཅུ་  
 གཅིག་བཅུ་གསུམ་རྒྱས་དམག་ལེགས། རང་ས་དག་ཏུ་འདི་བབ་ནས། རང་  
 བཅུ་གསུམ་སང་ཁམས་དངས་མ་ན། དག་ཡུལ་ཟུན་གྱིས་ཐོག་པ་ཡིན། རྩི་  
 ས་བཞི་ལ་དག་ཆེན་དོ། དག་བྱུབ་བྱ་ཞིང་ཤུགས་མགོན་བརྟུང་། ཏ་  
 དཀར་དར་དཀར་ལྷག་དཀར་ལུལ། བརྒྱག་གཞན་ལའང་གོང་དང་འདྲེས། འདྲེས་  
 པའི་མིང་འདོག་རིགས་པ་བརྒྱུར། སྒོ་བརྒྱག་འདྲེས་པ་མ་གཏོགས་  
 པའི། གཞན་པ་ཐམས་ཅད་ཤིན་ཏུ་བཟང་། །  ཐམས་ཅད་བརྒྱག་  
 བྱ་ཡུན་ནི། དེུལ་དཀར་ཆབ་བཞི་ཞེས་སུ་བརྟུང་། ཆེས་ཐལ་མེད་ན་  
 ཅི་ལའང་བཟང་། བྱ་ཡུན་ལན་དུ་དིང་དིང་ན། ཚོད་པོ་གནམ་འཕང་ཚོད་  
 པ་ཡིན། སྒྲིན་དིང་བྱ་བརྒྱ་ཁྱོད་གྱིས་ཟེན། གཡལ་བར་བྱ་བརྒྱ་མཁར་ན་  
 ཅེ། ཤོ་གསར་མཚན་མོ་དག་ལ་བྲོས་ཀྱང་ཟེར། བྱ་ཡུན་ལན་དུ་བྱ་ཡུན་





ན། །ལྟ་ཁང་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ཡིན། །བྱ་བུར་ཉི་ཟླ་བྱང་དུ་ཚོགས། །ལྟ་  
ས་སྒྲོན་བའལོར་འབངས་རྒྱས། །ཕ་ཚོ་བྱ་བརྒྱ་གིང་ལ་འཁོར། །སྒྲོ་ཚོ་མོ་  
སྒྲོན་རྒྱན་དང་ལྷན། །དུ་དག་ལྟ་ཁང་དར་ལ་ཡག །སྒྲིར་དགར་ལྟ་མོ་དར་  
དགར་འཐག །བག་སྒྲིར་བྱ་བ་བྱང་ལག་བ་སྒྲོང་། །སྒྲིར་ནག་རྩོན་བས་ག་  
བྱི་བོར། །ཚོལ་ཚོ་མར་མེ་གསལ་བས་ཞོར་དང་སྤྱད། །ལྟར་བརྒྱད་བྱ་གོད་  
གནམ་འཕང་བདེ། །ཨ་ཁད་བྱ་ཚང་མེ་ལ་གོར། །བརྒྱག་བཟང་ཚོར་མའི་  
དུ་བར་གཡུ་མདངས་འབྲུལ། །ལན་དུ་ཨ་ཁང་ཅེ་མ་ན། །གསལ་བྱེད་སྒྲོན་  
མེ་རང་འབར་ཡིན། །ལྟར་ཁད་མར་མེ་སྒྲུག་གིས་བསྒྲིབ། །ལན་དུ་མད་ཁམས་  
བྱ་བརྒྱའི་སྒྲོན་ལམ་ཡིན། །སྤང་བེ་བྱ་དང་བྱེད་ཅེ། །བྱ་ཡན་ལན་དུ་བྱོད་ལུར་  
ན། །ན་ཉིན་བྱ་སྒྲོ་མཆང་གང་ལ། །དལོ་བྱ་སྒྲོ་ཉག་གཅིག་རེད། །ཕ་གཅིག་  
ལུ་གཅིག་ཡིན་ན་མི་སྒྲོན་ནོ། །མེ་སྒྲོད་ཉི་མ་སྒྲོན་གྱིས་གཡོགས། །ལན་དུ་  
བྱེ་ལ་སྒྲུལ་འཇུག་ན། །བྱུར་གྱི་ག་ཆང་ནག་པོ་ཡིན། །ཁྲི་བུར་བྱུང་གིས་གནམ་  
འཕང་ཆོད། །སྒྲུམ་བྲག་ཁྲི་བུར་བབ་བ་ན། །བྱ་ཁད་མེ་བྱ་ཉོར་བས་བཅོམ། །  
དག་གྲོད་ཁ་རྩེབ་དུས་གཅིག་འོང་། །ཡར་ལྗིང་ག་ཉན་རྩེ་གོང་སྒྲོན་དར། །  
སྒྲུམ་མཉམ་བྱ་ལམ་ཕྱོགས་བཞིར་དོད། །ཅེར་བྱ་རྩེ་མངའ་དབང་བཅོན། །  
གཡུང་བྱང་བྱ་བརྒྱའི་འདུན་མ་ལེགས། །ཀྱེ་བ་མི་རབ་སྒྲེ་གཟུགས་ལེགས། །  
དེ་རོག་གོག་ནོར་གཏམ་སྒྲོན་ཐོས། །དུ་དབལ་ག་ཤེན་རྒྱུད་བསྒྲོན་བ་དར། །  
སྒྲུམ་བ་བསྒྲིད་གྱི་མགོ་བོ་བུད། །སྒྲུག་གི་མགོ་བོ་རྒྱས་བས་ངན། །བྱ་རལ་

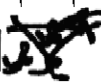


མོ་རོག་གྱོད་ལ་ཐོགས། རྒྱལ་སློན་བརྒྱུ་ཡི་གདན་གལ་ཞིག་ ཅི་ལ་བདེ་བ་  
ཀྱང་དན་པ་ལ། ལུང་གསུམ་ཐག་བས་འབྲོས་དེད་དང་། རྟེན་འདུལ་བའི་  
ཉིན་པར་བཟང་། ལི་ཡན་མར་མེ་རྒྱུད་གིས་བསད། མར་ལྷིང་བྱ་བརྒྱ་སྟེ་  
ཡིས་བཟུང་། སྟོང་བར་བྱ་བརྒྱ་གྱོད་ལ་འཐོགས། སོ་ཡོན་བྱ་བརྒྱ་མུན་པས་  
བསྒྲིབ། སོ་བྱ་བབ་ན་ལྟག་པར་དན། རུ་སོད་བྱ་ཆོང་སྟོག་གིས་གཏོར། །  
མ་ཟེ་བྱ་བརྒྱ་གདོས་ལ་འཐོགས། བ་འབན་བྱ་བརྒྱ་ཐོགས་གིས་བསད། །  
དྲོད་རིགས་སྟོན་སྐྱུ་དཔེ་ཡིས་གྱོད། འབྲག་རིགས་བྱ་དཀར་གི་བ་མ་ནག་ །  
སྟེར་བྱ་ཡུན་གསལ་བ་སྟེ་བཞི་ལ། སོ་བ་དམུ་ག་བ་སྟུན་གསུམ་འཛིགས། །  
དེ་སོ་ཡོན་དང་ནི་སེ་སྟོད་དང་། སྟོང་བར་དན་རིགས་བབ་ན་ཡིན། རང་སར་  
གསལ་དང་ཕྱི་སར་སྟུག་ དམུ་ག་བ་དག་ལ་བསྟོན་པ་ཡིན། སོ་ལྟོག་བྱུང་  
ན་རང་ལ་དན། ལྟ་གསོལ་ལྟ་བསང་དག་བྱུང་བྱ། བཅུ་གཉིས་དམུ་ག་བ་  
སྟུན་གསུམ་ལ། བཅུ་གསུམ་གསལ་བ་སྟེ་བཞི་ན། ཐང་དཀར་རྟོད་པོ་ཆོང་  
ནས་བྱད། ཐག་པ་དཔུང་རྒྱུད་རྒྱུག་ཉིན་བཟང་། སྟེ་བ་ཀྱི་ཡང་རྩེ་ལང་ལོང་  
ན། ཟློག་དཀར་འདྲེས་པ་ཁྱུ་གཅིག་ཐོབ། ཟློག་དཀར་རྟོག་མ་འཁྱེལ་ཡག་  
ལ། སོ་སྟོན་དེད་ཀྱི་རྟེན་འདོགས། དེ་སོ་མ་ང་ལ་སོ་ཡོན་དགོས། ཆོངས་  
བྱད་དེ་ཡི་རྩོད་ཀྱིས་ཡིན། ལྟ་གསོལ་གཡང་ལོན་བྱེད་ན་བཟང་། ལམ་བྱ་  
ཡུན་གསལ་བའི་སྟོན་མེ་འདི། སྐད་ཀྱི་ལན་དུ་བབ་ན་བརྟན། ལྟ་གསུམ་དུག་  
ལན་དུ་བསྟེན་པ་ཡིན། རྒྱ་དུག་ལན་དུ་མཐའ་རིང་ཡིན། མེ་དུག་ལན་དུ་

འོད་གསལ་ཡིན། །ཤིང་དྲུག་ལན་རྩ་ཅེ་རྒྱས་ཡིན། །རང་སའི་བཅོན་ས་གར་  
 བབ་ཀྱང་། །རི་བཏབ་ཅི་ལ་བཟང་ན་ཡང་། །མུང་མུང་ནད་པའི་མོ་ལ་ངན། །  
 །ཤི་རོ་སྒྲས་གྱི་མར་མེ་ཡིན། །བྱ་ཡུན་མང་རྩ་བརྟུང་པ་ན། །བྱ་ཡུན་དར་སོ་  
 ཆད་ཅེས་ངན། །རྒྱས་པ་འབྲུལ་ལ་ཐང་རྒྱན་བྱ། །ཡང་ན་མེ་ཁམས་ཆོ་བ་དར། །  
 །ད་བྱ་ཡུན་དེ་ཡི་རྣམ་གྲངས་ལ། །~~ཀླུ་མོ་~~མོ་རྟ་བག་ལ་སོང་གྱུར་ན། །  
 །བག་གི་བྱ་ཡུན་ཞེས་སྲ་གསལ། །གསེར་གྱི་ཉི་མ་སེར་པོ་ཡིན། །རི་དྲུགས་  
 གྱིཾ་སྒྲ་ར་ཡིན། །དགོ་བསྟེན་རྩལ་བྲིམས་བསྐྱང་མི་ཡིན། །ཁྲིང་ཆེན་གསལ་  
 བའི་སྒྲོན་མེ་ཡིན། །དྲངས་མ་གསལ་བའི་མར་མེ་ཡིན། །ཅི་བཏབ་ཅི་ལ་  
 བཟང་བ་ལ། །ཆོད་ནད་བཅོས་པའི་མོ་ལ་ངན། །~~ཀླུ་མོ་~~འདི་ལ་བརྒྱག་  
 གཅིག་བཅས་པ་ན། །བག་བྱ་ཉི་མ་རང་ཤར་རམ། །ཡང་ན་གསེར་གྱི་ཉི་  
 མ་ཟེར། །རང་ཉི་འོད་གཤོག་ལྡེམ་པ་ཡིན། །ཉི་མའི་བུ་མོ་ཁྲོ་རྒྱང་ཡིན། །  
 །རང་རྩར་འདབ་རྒྱས་སྐད་སྟོན་སྒྲོགས། །ཁ་ཕོ་ཡང་གཅིག་ཡང་གཅིག་བྱེད། །  
 །གོམ་པ་ཡང་གཅིག་ཡང་གཅིག་འདུར། །ཁ་ཕོ་ལ་གཡུ་ཡི་བྱ་རྩ་ལྡེམ། །ཁབས་  
 བ་ཤིང་རྟ་འཁོར་ལོ་འདྲིལ། །ཁ་ན་མི་འཛད་བྱེམ་ར་ཟ། །དར་འབྲུ་རྒྱོད་འབྲུ་  
 འཆོ་མི་ཡིན། །བ་ཁོག་བཅོན་བྲིམ་གར་བབ་བཟང་། །དམག་ཇག་མགོན་  
 པོ་གང་ཡིན་ལ། །ལྷག་པར་བརྟུགས་སྐྱེད་རྩ་གཅིས། །དོན་གྲུབ་སྐད་སྟོན་  
 གཉིས་ཀ་རྩས། །རྟ་རྒྱག་བྱེད་ན་ཟེ་སྟོན་འབྱུང། །དབྱིས་དང་སེ་སྟོན་གར་  
 བབ་ཀྱང་། །དེ་ཡི་ལན་རྩ་འདི་བབ་ན། །དབྱིས་ཁྲག་མཆོ་འདྲ་བ་སྐུམ་བརྒྱ

དུག་ཅུད། ལྷོད་ཉི་ཟེར་གཅིག་གིས་བསྐྱམ་བ་ཡིན། །དག་གཞི་དྲུང་གསུམ་  
 ཀུན་དང་ནི། བད་བ་ཡ་མ་ཀུན་ལ་བཟང་། །གཉིས་བརྒྱག་ཉི་  
 འོད་ཚོད་གཤོག་ལྷེམ། །ཡང་ན་ཉི་འོད་འཁྱིལ་གདུག་བརྒྱག་ །ཡང་ཁྱིལ་དུག་ས་  
 ཉི་མའི་བ་ཆུ་བརྒྱག་ །དགུང་ལྷོན་གནམ་གྱི་ཡ་རོལ་དེ། །ཐུགས་ཀར་བྱ་དགུ་  
 ཡབ་དང་བཅུ། །རྩ་འབྲུལ་འོད་གྱི་རྩ་ལ་ཞོན། །ཐོག་ཚོད་འབར་བའི་མདའ་  
 བཀའ་ནས། །ཐུག་དམར་བྱ་དགུ་བསད་བ་ཡིན། །ལན་གཅིག་བབ་བའི་  
 དུས་བྱུང་ན། །རིན་ཆེན་དཔལ་གྱི་མི་པོ་ཡི། ཉི་ཟེར་འབར་བའི་རྩ་ལ་ཞོན། །  
 རྒྱལ་མདོག་མཛེས་ན་བཟང་ལས་ལ། །དར་མདུང་དཀར་པོ་ཐུག་ན་བསྐྱམས། །  
 ཅེ་ལ་ཕོ་ལྷ་འི་དྲུང་བྲ་འཛུམ། །དམག་མི་འཆོ་ཞིང་གོ་མཆོན་སྤྱང་། །ཡང་དག་  
 དམག་གི་ཕེར་མ་ཡིན། །བཅུ་གསུམ་སྟེང་དུ་བབ་ན་གཅིས། །དམག་དཔོན་  
 རྒྱལ་ནས་དམག་མི་ཆང་། །འདི་ལ་བརྒྱག་གསུམ་བཅས་བ་ན། །  
 རང་ཉི་འོད་བྲ་ཆེན་གཤོགས་རྒྱས་སམ། །བྲ་ཡང་ཆེན་ཁྱིལ་དུག་ས་ཉི་མ་བརྒྱག་ །  
 རྩ་འབྲུལ་རྩ་ཡི་ཡང་རྩ་ཡིན། །རྩ་ཆེན་རྩ་འབྲུལ་མི་པོ་ཡིས། །སྟོབས་ཆེན་  
 བམ་མཁའི་རྩ་ཕོ་ལ། །སྟོ་སྟོན་སྒྲིག་པོའི་སྒྲ་རྟན་བཞག་ །ཐོག་ཚོད་འབར་  
 བའི་སྒྲ་གཅིག་བཅུ་གསུམ། །དགུ་ཆོགས་སྒྲ་མོའི་སྟོ་གཅིག་བསྐྱམ། །མོན་གྱི་  
 ཐུལ་ཁྲོམ་ཡོང་ཆེན་བདག་ས། ཉི་འོད་འབར་བའི་མཐུར་མགོ་ལ། །ཁྲོ་འོད་  
 འབར་བའི་སྒབ་གཅིག་བརྒྱས། །འཇའ་ཆོན་བྲ་མོའི་མཐུར་མདའ་ཅན། །  
 དེ་འདྲའི་རྩ་ཕོ་ཞབས་སུ་ཞོན། །སྟོག་ལུམ་འཕར་མའི་ལུག་གིས་བྲབ། །ལྷུང་

མགྲོགས་རྒྱུད་གིས་སྒྲ་བྲིད་ནས། །ངམ་གྱི་རྫོང་མཁར་རིམ་དགུ་བཙམ། །  
 རྫོང་བཙམ་ནང་ནས་གནང་གསུམ་ཐོབ། །གསེར་ཉི་མ་ཙམ་པ་བཙུ་གསུམ་  
 དང་། །དུལ་རྒྱ་བ་ཙམ་པ་བཙུ་གསུམ་དང་། །ཤེལ་སྒྲར་མ་ཙམ་པ་བཙུ་  
 གསུམ་ཐོབ། །གཡུ་ལུག་རོན་ཙམ་པ་བཙུ་གསུམ་དང་། །སྤྲེལ་དུང་པོ་ཨ་  
 གགས་དང་། །རྩ་ཆེན་གུམ་པོ་གཞུང་རྒྱས་དང་། །འཇའ་ཆོན་གྲུར་ཁྱིམ་བྲ་  
 མོ་དང་། །ཁོར་བུ་རིན་ཆེན་གཟི་འབར་ཐོབ། །སལ་སལ་སིལ་སིལ་ཁོར་སྒྲ་  
 དང་། །གནང་རིགས་མི་གཅིག་བཙུ་བཙུང་ཐོབ། །བཙན་ས་སྟོད་དུ་འདི་བབས་  
 བས། །ཁྱི་སར་སྒྲོ་བྲག་ངན་རིགས་ན། །དམག་ལེགས་རྒྱས་ཐོབ་ཁོར་ལོན་  
 ལུས། །ལར་གཅིག་གི་སྤྲེད་དུ་བག་བྱ་ན། །རང་གི་ལྷ་རོ་དཀར་བ་ཡིན། །  
 གཉིས་ལ་རང་ཁྱིམ་མིས་བཟུང་ངན། །པ་ཁྱེས་དུར་ས་འཐོར་བ་ཡིན། །གསུམ་  
 གཞོན་གསུམ་བསོད་ནམས་མེ་ལྟར་འབར། །མཁའ་བྱ་འཕུར་གསོག་པ་རྒྱུད་  
 གིས་བཏེགས། །བཞི་སྒྲུ་ཆང་ནང་དུ་ཉི་མ་གར། །གཉན་བྱ་ཁྲུང་ཁྲུང་དཀར་  
 མོ་དེ། །ལྷ་དུ་གྱི་རྩི་ལྷ་སྟོར་བཟང་། །ལྷ་རང་ལས་ཁྱིམ་མཆོས་རོ་སོ་མཐོ། །  
 བཟང་ལན་ངན་འཇལ་དགེ་བྱས་སྤྲིག། །དུག་ཁྱིམ་བདག་མོ་ཡིས་ཡུལ་མཁར་  
 འཛིན། །སྒྲེས་བས་ཁྱི་ནས་གོགས་རྟེན་ཡིན། །དོན་ནི་རང་སར་འབྲུལ་པ་  
 ཡིན། །བདུན་གནམ་ས་ཡོ་བ་ཆོས་པ་ཡིན། །རང་ས་ཟིན་ཞིང་དབའ་ཆོན་  
 ཡོད། །ཁྱི་ཁོར་རང་གི་སྤྱོད་ས་སུ་ཁྲུག། །བརྒྱུད་ལྷ་སར་ལྷ་ཡིག་གནས་མལ་  
 རྒྱགས། །ལྷ་སྒྱུང་རོ་སོ་མཐོ་བ་ཡིན། །དགུ་བན་བོན་ས་ནས་འོང་བ་ཡི། །

དགོར་བདག་རྒྱལ་པོ་གདོན་དོ་ཡིན། །བརྩ་གནམ་གྱི་འཇུ་ཐག་མ་ཆད་ཅིང་། །  
དཔལ་ཞག་ཆགས་བས་ཅི་ལའང་བཟང་། །བརྩ་གཅིག་དག་སྒྲུའི་དཔལ་མཁར་  
ཟེན། །ལྷ་རྒྱལ་ཞེས་ཐོ་ལེ་ལན་གསུམ་བོས་བ་ཡིན། །བརྩ་གཉིས་ཕྱི་དག་  
ནང་དུ་ཚུད། །ཁ་དགར་སྒྲིང་ནག་དོན་མི་འགྲུབ། །བརྩ་གསུམ་གནམ་སྒོ་མ་  
ཕྱེས་ཤིང་། །ནམ་མཁའི་མཐོངས་སུ་ཉི་མ་ཤར། །ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་  
བ་ཡིན། །དམིགས་བསལ་ཅི་རིགས་མ་གཏོགས་པར། །ལན་ནི་སྦྱི་ཡི་སྐབས་  
ལྟར་དབྱད། །སོ་ཡོན་ཤོར་ཁུང་བབ་མི་རུང་། ། བྱ་ཡུན་དེ་ལ་སོས་  
བཀུག་ན། །སོ་ཡོན་བྱ་ཡུན་ལང་ཐང་ཅེ། །མི་ནི་ཁམས་བ་ཤེལ་མིག་གིས། །  
རྟོལ་རྒྱལ་པ་སྒྲོ་ནག་ཞོན། །ཁ་ནས་རྒྱུ་བཅིག་སོང་ཅིག་ཟེར། །སེམས་ལ་འབྲོས་  
ས་གར་འདུག་ལྟ། །སྒར་མ་འབྲོས་པའི་སང་གཅིག་ཡིན། །  
ལང་ཐང་དེ་ལ་བརྒྱག་གཅིག་བཅས། །སོ་ཡོན་ལང་ཐང་སྒྲེར་ཁུག་སང་། །  
ལྷོག་ཆུང་ལུས་ལ་གཤོག་དུག་རྒྱས། །འགྱུར་སྐད་བཏོན་ནས་དུ་མ་ལེགས། །  
དེ་ལ་བརྒྱག་གཉིས་བཅས་བ་ན། །ལང་ཐང་ལྷོག་ཆུང་འོད་བརྒྱ་སང་། །ཤ་  
བཅོན་ཐར་ནས་མི་ཤ་ཡོན། །མི་ནོར་འཕེལ་ནས་མི་སྐབ་དར། །སང་ཐུན་  
བསམ་བ་བཟང་བཟང་ཡིན། །གཅིག་གི་སོ་ཡོན་བྱ་ཡུན་ན། །སྒྲིན་ཆང་མཆང་  
ནས་ལངས་བ་ཡིན། །གཉིས་ངམ་གྱི་སྒྲིན་ཆང་སྒྲོང་བ་ནས། །སྒྲིན་ཅན་མ་སྒྲུའི་  
དག་དོ་ཡིན། །གསུམ་དུར་བྱ་མ་སྒྲུམ་སྒྲུའམ། །བཞེ་དུར་བྱའི་ཕྱི་མ་ལྷོག་  
ཉལ་བྱེད། །ལྷ་བྲབ་མ་བདུན་ཆང་སྒོ་དེར། །དྲེལ་བོང་ཁུང་ཆེན་ཆང་ཡང་

བཅས། །དྲུག་གཡུ་རལ་སྒོན་མོའི་ཚང་སྒོ་དེར། །འཕར་བ་དམར་མོའི་ཚང་  
 ཡང་བཅས། །བརྒྱད་པ་དང་བརྩེ་ལྟ་དང་ཕྱེ། །དགུ་ལྟ་བདག་ལེའུ་ལྟ་དང་  
 ཕྱེ། །བརྩུ་དུར་བྱ་ཀླུའི་གྲོ་བ་གང་། །བརྩུ་གཅིག་དག་སྒྲ་གཉན་པོའི་ཐེམས་  
 སྒྲས་ཆད། །བརྩུ་གཉིས་སྒྲིན་པོན་ཁྲོས་ནས་སྒྲིན་ལམ་ལུག། །བརྩུ་གསུམ་  
 རྒྱུད་མིའི་ཁ་ལ་ཁ་ཕུར་འཆུག།  །སོ་དེ་གཞུང་དང་ཕྱུ་ཁུར་བཀྲུག། །སང་  
 གི་སྒྲ་བས་སུ་ཤེས་པར་བྱ། །གཞན་ཡང་སྒྱུར་དང་ལུ་ས་དང་། །ལུ་ས་ཅམ་  
 ཐིག་བྱ་ཡུན་དང་། །སང་གི་ཉི་མ་དུང་འོད་དང་། །ཕ་ཚོ་བྱ་ཡུན་ལྟ་དང་  
 བཅས། །བརྒྱག་མེད་ཅ་བའི་མདུད་པ་རྒྱག། །བྱ་ཡུན་མཆེད་བརྒྱད་ཅས་  
 གྲགས་ཀྱང་། །དོས་ཟིན་སྒྲ་ཕྱིར་དགོས་དབང་གིས། །གཞན་རྣམས་རང་  
 རང་སྒྲེར་འཆད་དོ།  །གཅིག་འཇུས་མོ་རྟ་བག་ལ་སོང་། །བྱ་བུར་  
 ཞེས་སུ་གྲགས་པ་དེ། །དུང་གི་རྒྱ་བ་འོད་ཆེན་དང་། །དུང་པོ་ཨ་གྲགས་ཞེས་  
 ཀྱང་བྱ། །འིན་ཆེན་བྲག་གི་རྫོང་དོ་ཡིན། །ནག་པོ་དུམ་ལ་སྒོ་མདའ་ཡིན། །  
 མིང་གི་མཁར་སོ་བཙུགས་མི་ཡིན། །བྲག་ནག་རྫོ་བའི་ལྷགས་རང་ཡིན། །  
 བདེ་སྦྱིད་རྒྱ་བ་འོད་ཆེན་ཡིན།  །དེ་ཡི་ར་གཅིག་བརྒྱག་པ་ན། །  
 ནག་མོ་གསེར་གྱི་ཐིག་ཐུན་ཅན། །གསེར་ཐིག་ཁ་ཞག་བརྒྱག་ཀྱང་ཟེར། །  
 དུང་རྒྱ་འོད་དཀར་བྲག་ནག་སེལ། །ནག་རིགས་རྣམས་གྱི་གཉན་པོ་ཡིན། །  
 ཆོས་གྱི་དཔུ་འཕང་བརྟོད་མི་ཡིན། །གྲི་ཞགས་སྒྲ་ཡི་ག་རྒྱུད་ཡིན། །བདེ་བ་  
 ན་མི་ཐེབས་གཅིག་ཀྱང་མེད། །ཐེབས་ནས་མི་སྐབ་གཅིག་ཀྱང་མེད། །དཔལ་

བོའི་ལག་གི་ཉག་ཐུན་ཡིན། །བརྒྱབ་ན་མི་ཕྱིག་གང་ཡང་མེད། །སྤང་ཆེན་  
སྣ་ཡི་རལ་གྱི་ཡིན། །འཕྲད་ན་མི་གཅོད་གང་ཡང་མེད། ~~རྒྱ་མཚོ་~~ །ར་  
གཉིས་བརྒྱུག་ལ་རྣམ་གངས་གཉིས། །བྱ་བུར་མུ་ཐིག་ཅུག་ཅིག་གམ། །གསེར་  
ལ་གཡུ་ཡི་ཡང་ཐོགས་བརྒྱུག །ཡང་ན་དུང་རྒྱ་ཆེན་མོ་ཟེར། །སྤང་པོ་ཐལ་  
དཀར་ཞེས་ཀྱང་བྱ། །སྤང་ཆེན་གངས་ལ་མ་ཤོར་ན། །དབང་པོས་གཡུ་ལ་  
གྱིས་མི་འཛོམས་སོ། །ཁྱི་བཞིར་བབ་ན་གངས་ལ་ཤོར། ~~རྒྱ་མཚོ་~~ །ར་  
གསུམ་བརྒྱུག་ན་བྱ་བུར་ནི། །བཙོ་ལུང་རྒྱ་བ་ཉ་ཆེན་བརྒྱུག །ལ་ལས་ཉི་རྒྱ་  
སྐར་གསུམ་ཟེར། །ལ་ལས་གསེར་འདབ་གཡུ་ཅེ་ཟེར། །དུམ་ཡི་ཕག་ཁྱོད་  
ཟེ་བཅན། །ཁྱོད་པོས་བདས་ཀྱང་རྗེས་མི་ཟིན། །ཟེར་མ་རྒྱུད་གིས་བར་མི་  
དོ། །རེ་འབྲམས་རྒྱུག་པའི་ཁ་གཏོན་ཡིན། །དག་གཞི་དུར་གསུམ་ཀུན་ལ་  
ཡང་། །རང་སའི་གཉན་ས་རྣམས་སྟུབ་བས། །གཡོན་ཆོག་མོ་མདུད་བཟང་  
པོ་ཡིན། །ཡང་གཅིག་འདི་ལ་མཆོན་གསོལ་བ། །བྱ་བུར་འཁོར་ལོ་བཀྲ་ཤིས་  
སམ། །ཁུ་སྤོན་རམ་པའི་ཡ་མཁལ་བརྒྱུག །གནམ་ས་བར་གྱི་སྐད་ཆེན་ཡིན། །  
འདི་ལན་གཅིག་བབས་པའི་དུས་བྱུང་ན། །ཁུ་སྤོན་ལུས་ལ་རམ་ཅུ་ལ་རྫོགས། །  
དུང་ཐུག་ལུས་ལ་སྐད་ཆེན་རྫོགས། །རོ་སྟོད་ཁ་ལ་རོ་སྟོད་སྟེ། །གནམ་ས་  
རི་བྲག་ཐོས་ཀྱང་ཐུབ། ~~རྒྱ་མཚོ་~~ །བཞི་བརྒྱུག་གླིང་བཞི་འཁོར་མའམ། །  
འཁོར་བ་གླིང་ཆེན་ཞེས་ཀྱང་བྱ། །གླིང་བཞི་དབང་དུ་བསྟུ་མི་ཡིན། །གླིང་  
ཐུན་ཁྱུར་མིད་བྱེད་མི་ཡིན། །ཐེར་མ་དུང་པོ་སྐད་ཆེན་ཡིན། །ལ་ལས་འབུམ་



རྩེ་ཀུན་སྤྱབ་ཟེར། །དག་མི་བསད་ལག་དམར་བྱ་བ་ལ། །ཟུན་ཐེར་མས་  
 ཉམས་ཉལ་བྱེད་བ་ཡིན། །ལག་དམར་ཁྲིམ་མཆོས་བྱས་བ་ཡིན། །ཤལ་  
 ཆེན་དམག་གི་མོ་ལ་བཟང་། །ཡུལ་དྲོ་ས་འཇམ་མོ་ལ་ཁྱོགས་བར་དགལ། །  
 ༄ྲྀ །བྱ་བར་ཁྱོག་བརྒྱག་གསེར་ཐིག་ཟེར། །དེ་དང་ར་བརྒྱག་འདོམ་  
 བའང་ཡོད། །དེ་ལྟར་བྱ་བར་བརྒྱག་བཟང་རྣམས། །དེའལ་དང་རིན་ཆེན་རྒྱ་བའི་  
 རྒྱ། །རང་སར་ཅི་ལ་བཟང་ན་ཡང་། །བཙུག་སྤྱུལ་སྤྱིང་དུ་ནད་པར་ངན། །  
 །ད་གཅིག་གི་སྤྱིང་དུ་བྱ་བར་ན། །ས་ཡི་རྟན་སྤྱུར་མ་སྤེད་བཟང་། །ས་བདག་  
 རྒྱལ་པོས་ཁ་མགོན་བྱེད། །བརྒྱག་བཅས་ཡུལ་མཁར་གླིང་རྩེ་ལྷུ་ཡིན། །གཉིས་  
 ལ་རྒྱ་བ་ས་འོག་སོང་། །དག་གདོན་རྒྱན་མ་སོགས་གྱི་དོ། །གསུམ་ལྟ་མདའ་  
 སྒྲོ་དགར་ཚུགས་བ་ཡིན། །བརྒྱག་བཅས་ལྟ་མདའ་ལྟ་རྟེན་འཛོམས། །བཞི་  
 དུང་པོ་ཨ་གྲགས་ངར་སྐད་སྒྲོགས། །བརྒྱག་བཅས་དུང་དང་རྒྱ་མཆོ་སྤྱད། །  
 མི་དང་ཡུལ་གཞིས་མི་འབྲལ་དོ། །ལྷ་སྒྲེས་སྤྱད་གཡི་ཡུལ་དུ་འཁུམས། །བརྒྱག་  
 བཅས་ཟུན་སྒོག་དག་ལག་ཤོར། །དུག་སྒྲོན་ཁོ་མོ་རྒྱན་དང་བཅས་བ་ཐོབ། །  
 །བརྒྱག་བཅས་པར་དུ་བྱ་ཆ་སྒྲེས། །བདུན་སྒྲེས་སུའི་ཁོང་གི་སྒོག་རྩ་ཡིན། །  
 །རྒྱག་བཅས་སྒོག་རྩ་མི་འཆད་བཟང་། །བརྒྱད་རྗོངས་ལྷགས་གྱི་གཞོར་སྤྱི་  
 ཡིན། །བརྒྱག་བཅས་དམག་དཔོན་ངར་སྐད་ཐོབ། །དག་གཤེན་གྱི་ལྟ་མདའ་  
 སྒྲོ་དགར་ཡིན། །བརྒྱག་བཅས་གཤེན་གྱི་བརྟན་བ་དར། །བཙུ་ཐུ་རྒྱུད་རྒྱལ་  
 ཁ་གྲོལ་བ་ཡིན། །བརྒྱག་བཅས་ཐུ་ལུ་མ་སྤྱེད་དོ། །བཙུ་གཅིག་སྒྲོན་བའི་


གསེར་མདའ་གཡུ་སྒོ་ཡིན། །བརྒྱུག་བཅས་དག་སྒྲ་རང་ཆས་ཡིན། །བརྒྱ་  
གཉིས་སྒོན་མདའ་རམ་ལ་ཤོར། །ཤ་ཤོར་མི་ཤ་ལེན་དུས་ངན། །བརྒྱུག་དང་  
བཅས་ན་དེ་བས་ངན། །བརྒྱ་གསུམ་གཡུང་དྲུང་དཔལ་ལྷན་ཚུགས། །རྒྱལ་  
པོའི་དབུ་ལ་དར་ཐོད་བརྒྱན། །རྒྱས་དང་བསྟན་པ་དར་བ་ཡིན། །~~འཕྲུལ་~~ཐིག་  
བཞི་ལྷགས་ཐག་སྒྲེ་སྒྲེལ་འདྲ། །གཅིག་ལ་སྤྱུ་གཅིག་འཇུགས། །མོ་རྟ་  
བག་ལ་སོང་བ་དེ། །བྱ་བར་འཁོར་བ་གླིང་བཞི་ཡིན། །ཁྲེང་མས་ཁྲུང་བའི་  
སྤྱབ་ཆེན་ཡིན། །བསེམ་དྲུང་མཚམས་རིང་མིན་པས་མི་ཡིགས་སོ། །~~འཕྲུལ་~~  
དེ་ཡི་གཉིས་ལ་སྤྱུ་གཅིག་འཇུགས། །གཡུང་དྲུང་བག་ཆེན་བྱ་བར་ཡིན། །དེ་ལྟར་  
བརྒྱུག་མེད་རྩ་བ་གསུམ། །བྱ་བར་དཔའ་དར་མཛོང་གསུམ་ཡིན། །བྱ་བར་  
ལན་དུ་དིང་དིང་ན། །སྤྱུག་པོས་གནམ་མཐོང་བྱས་བ་ཡིན། །སྦྱིན་དིང་བྱ་  
རྒྱལ་འདམ་ལ་ཟུག །གལ་བར་གཞོན་ནུའི་སྒྲུ་མཁར་བཅན། །བྱ་ཡུན་མདའ་  
ལ་ཁོད་སྒོ་བཏགས། །བྱ་བར་རྩ་བར་སྒྲུ་བར་འཕྲད། །ལུ་ས་སྒྲེ་བ་སྒྲེར་མ་  
འཛོམས། །ཤོར་ཁུང་སྒྲེ་བ་གཟུང་ཡིས་ཟེན། །ཁྲོའི་དར་ལ་དག་སྒྲེ་འཁོར། །  
སྒོ་ཆེ་ལྷན་ཤིང་ལོ་མ་དགུ་འཁྱུར་སྒྲེས། །དཔུ་དག་མི་ནོར་གྱི་དཔལ་ཐག་  
ཟུགས། །སྦྱིར་དཀར་མཁར་གྱི་ཞལ་བ་ཡག །ཐང་ལེ་སྒྲེ་རྒྱས་ཏེ་ལས་བསྒྲིབ། །  
ཆོལ་ཆོལ་ལྷ་ཆོལ་འཕེལ་རྩ་དར། །ཁུང་བརྒྱང་མཚོལ་ལྷོན་ཤིང་རྒྱས། །ཨ་ཁད་  
དག་སྒྲེའི་མགོ་ལ་དར་འཕྱུ་སྒྲེས། །རང་སྟན་ཡ་རབ་ཁ་ནས་གཏམ་སྟན་  
ཡིན། །རྒྱ་སྒྲར་མི་རྒྱན་ཤི་ནས་གཡག་རྒྱན་བཤའ། །སྒྲང་བེ་ཡུལ་འཁོར་

མི་ཡིས་གང་། བྱོད་ཕུར་རྟ་ཁབ་སྒོན་དུ་བྱང་། ཁེ་སྟོད་ལྷ་བ་གཟའ་ཡིས་  
 ཟེན། ལྷི་བུར་དུང་པོ་ངར་སྒྲིད་ཆེ། ཡར་ལྷིང་གཡུལ་ཆེན་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ། །  
 སུམ་མཉམ་མཁར་སྒོར་སྒོ་བྱི་བཅན། ཅེ་ར་མཁར་ལ་སྒོ་སྒྱུང་བཞག གཡུང་  
 དུང་ཡ་རབ་རིགས་རྒྱུད་འཕེལ། གྱེ་བ་ལ་ཆེན་མི་རབས་དང་། དེ་རོ་གནང་  
 རོར་སྟིང་དགའ་ཐོབ། དཔུ་དབལ་གཤེན་རབ་གདམ་སྟོན་སྒྲོགས། སྒྱུམ་  
 གཤེན་གྱི་བུ་མོ་བདུད་གྱིས་བསྐྱུས། རྒྱ་སྤར་རྒྱལ་པོའི་གདན་ས་ཤོར། བྱ་  
 རལ་ག་བ་མཐའ་ལ་རྩྱུད། ལི་ཡན་མོད་ལྷས་ཁང་པོ་བསྐྱུས། ཁྲིལ་དང་  
 མགོ་གཡོགས་འོང་འོ་ཡིན། བྱ་མེད་སྟིང་ཆད་ལྷ་བ་གས། བསྟན་བ་མར་  
 ལ་འགྲིབ་བ་ཡིན། མར་ལྷིང་ཡུལ་མཁར་ཆར་ནས་བདག་པོ་ཤི སྒོ་བར་  
 མ་གཅིག་བུ་ལྷ་སྟག་འཕྲ་དེ། ཡུང་གསུམ་མདོ་རུ་བརྒྱག་བ་ཡིན། གསེར་  
 འོད་སྟོགས་འདོན་སེལ་ནག་ཕྱེ། ལྷུག་པོའི་བུ་ཆ་སྟག་པའི་མོ། སྒོ་མོད་  
 དུང་དཀར་འབྲུ་ཡིས་རྩོས། ཁོ་ཡོན་ལྷ་བ་ཐུན་པས་བསྐྱིབ། རུ་མོད་དུང་  
 ལ་ཆག་གང་བྱུང་། མ་ཟེ་དུང་སྟོང་ཁག་གིས་གོས། ན་འབན་སྟིང་གོང་སྟག་  
 གིས་གང་། རྟོང་རིགས་མེ་ཉྱལ་སང་གྱིས་བྱིར། བྲག་ནག་མ་བྱ་བའ་ལ་  
 རྩུང་། བརྒྱག་མེད་རྩ་བའི་མདུད་པ་ལ། བྱ་བུར་དབའ་སྤར་མཛོང་གསུམ་  
 ཡོད། ཡང་ན་སྟག་གུ་ལག་གཡས་ཟེན་བ་དཔའ། ས་ལ་རྩུང་བ་མཛོང་  
 བ་ཡིན། ཁོག་ལ་ཞོན་ན་སྤར་མ་ཟེར། བྱ་བུར་དབའ་སྤར་མཛོང་གསུམ་  
 དེ། བརྩུ་པོ་མན་ཆད་གར་བབས་ཀྱང་། བརྩུ་གཅིག་གྱེ་བ་ལ་ཟེར་གོང་

གྲིག་ན། །བྱ་ལྟར་དཔའ་སྤར་མཛད་གསུམ་དེ། །ཁ་ལྟེ་དབྱེན་ལས་བྱེད་པ་  
 ཡིན། །བྱ་འབྱུང་འོད་དང་བྲལ་བ་ཡིན། །ཤིང་བར་རྩ་དང་མི་བར་དབྱེན། །  
 ལ་ཐོད་ཅེ་ལ་ལྷན་པ་འབྲིགས། །པ་ཆེན་པོའི་བྱ་ལ་ནང་དམེ་འབྱུང་། །མི་རྒན་  
 སྤྱང་ཁུ་ཅན་ལ་སྤྱང་པོ་འབྱུང་། །གཞོན་སྟག་རལ་ཅན་ལ་འབྱུང་ཁུང་ཡོད། །  
 སྤྱན་གཡུ་ལྟར་ཅན་ལ་ཁྲེལ་མདའ་ཡོག། །རྩོད་རབ་ཅན་ལ་ཁ་རལ་བྱུང་། །  
 ས་དོག་མོ་བཟང་ཡང་ལོ་ཐོག་ཉེས། །གཏོ་ལ་མདོས་དང་ཀུན་རིག་བཅུགས། །  
 ཅི་བྱུང་ཅི་ལ་ངན་པ་ལ། །ཞལ་ལྟེ་མཁོན་འཐབ་རྩོད་ཉིན་བཟང་། །རྒན་  
 སྤྱང་ཁུ་ཅན་གྱིས་མདའ་བཟང་བརྟུང་། །བརྩུ་པོ་མན་ཆད་བྱ་ལྟར་ལ། །བརྩུ་  
 གཅིག་རྩ་མཛད་རྩ་མཛད་ན། །བྱ་ལྟར་འོད་ཟེར་གནས་དང་ཐུད། །ལ་ཐོད་ཅེ་  
 ལ་ཉི་འོད་འཕྲོ། །ཁོང་ལས་བརྒྱུག་སྟེ་བཟང་འབྲས་སྒྲ། །མགོན་རེས་གཅིག་  
 ལ་དཔའ་མདའ་གསུམ། །མི་གཅིག་རིང་ལ་ཐེང་གསུམ་དཔ། །པ་གཅིག་  
 ལྟ་ལ་དཔའ་པོ་གསུམ། །ས་དོག་མོ་བཟང་ལ་ལོ་ཏོག་འཕེལ། །གངས་ལ་  
 གཡུ་བུན་འཐིབ་པ་ཡིན། །ཅི་ལ་བྱུང་བ་ཀྱང་བཟང་བ་ལ། །ནད་པའི་མོ་ལ་  
 ངན་ཅམ་ཡིན། །**ཏཱ་ཀཱ་**ཐིག་གྲུ་གཉིས་ཀྱིས་ཁོག་ལ་འཇུས། །ལུ་ས་ཞེས་སྟེ་  
 གྲགས་པ་སྟེ། །གཉིས་ཀ་བརྒྱུག་ན་**ཏཱ་ཀཱ་**རྟུན་ཡིན། **ཏཱ་ཀཱ་**མདུང་  
 མགོས་བར་བཅད་ཤེལ་རྩ་ཡིན། **ཏཱ་ཀཱ་**གཉིས་ཀྱིས་བར་བཅད་གསེར་  
 རྩ་ཡིན། །དེ་ཡང་མཁར་ཁན་ས་བརྩམ་པའི། །ནད་གི་བཟང་རིམ་དབྱེ་བ་  
 ཡོད། །ཡང་ན་སྟེང་དུ་རྟུན་སྟེ། །ཐོད་ལ་ཤེལ་རྩ་འོག་ཏུ་ནི། །སྤྱང་པོའི་རྩ་

བ་འདྲ་བར་བཤད། །དེ་དག་འདྲ་བའི་སྒྲོན་ས་ཡིན། །ཁྱུག་གྲུའང་  
 ཡན་ཚུན་བརྟུན་པ་ན། །མུ་ས་བརྟུན་ཐིག་ཡིན་པ་ལྟར། །བརྟུན་ཐིག་གཞན་  
 །ཀྱང་དེ་ལྟར་ཤེས། །མུ་ས་འདི་ཤེས་གྱི་སྐར་མའི་སྒྲུ་མདུད་ཡིན། །ཁྱུང་དཀར་  
 །མཛོམས་སྒྲུལ་ཡིན། །ཡང་ན་ཡ་རབ་བུ་མོ་ཡིན། །བ་ཁོག་རྣམ་གསུམ་གར་  
 །བབ་བཟང་། །ལྟག་པར་ཡ་རབ་ལོར་བྱར་བཟང་། །ཤར་ན་གསེར་གྱི་ལྷ་  
 །ཁང་ཡིན། །ལྷོ་ན་གོ་བྲབ་བརྩིགས་ཡག་ཡིན། །རྒྱབ་ན་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོམ་ཁང་  
 །ཡིན། །བྱང་ན་མགར་བའི་སོལ་ཁང་ཡིན། །པ་ནི་གཡུ་འབྲུག་སྒོན་མོ་ཡིན། །  
 །མ་ནི་ས་བདག་རྒྱལ་མོ་ཡིན། །ཁོ་རང་ཤེས་གྱི་སྐར་མ་ཡིན། །འདི་གཅིག་གི་  
 །སྤེང་དུ་བབས་པ་ན། །ཡུལ་ཁ་གཉིས་སུ་འཛིན་པའི་མོ། །མི་ལམ་བས་ཀྱང་  
 །རྩ་ལམ་མཐོ། །མི་དཔོན་གཉིས་ཀྱི་དོ་སྤྱང་དགོས། །གཉིས་པ་ཁང་གཉིས་  
 །ཀྱི་བུ་ཆ་བྱེད། །པ་ཆེ་རིང་ཁིང་བུ་ཆེ་དར། །གསུམ་ཁྱིམ་ཁ་གཉིས་སུ་འཛིན་  
 །པའི་དོ། །པ་ཆར་མ་ཆར་མི་གཅིག་ཡིན། །བཞི་རྒྱ་ཆར་སྐར་ཕྱན་རྒྱས་  
 །ཞེས་བྱ། །མཆོག་ཏུ་འོད་ཟེར་གསལ་ངོ་ཡིན། །ལུ་དག་ཏུ་མི་སྒྲུན་གཉིས་  
 །པ་ལྟར། །དག་སྒྲི་སྒྲོ་ཐེམས་འོག་ཏུ་མནན། །བྲུག་ནག་མོ་གདོང་པ་དཀར་  
 །བ་ཡིན། །བརྩུན་མོས་རང་ཐོབ་འཛིན་པ་ཡིན། །བདུན་གནམ་གྱི་ཡན་ལག་  
 །མ་སྤྱོད་སྟེ། །ས་ཡི་ཁ་ཞག་མ་བོ་བཟང་། །བརྒྱད་བརྟེན་པའི་ལྷ་སྤྱང་དོ་སོ་མཐོ། །  
 །དགུ་མོ་མས་གོག་ཤོར་དེ་ནས་རྟེན། །བརྩུ་ལོ་གསུམ་བར་དུ་གཡང་མི་ཉམས། །  
 །བརྩུ་གཅིག་མཐོངས་ཀྱི་བྱ་ར་བྱེད། །གནམ་ས་ཡུལ་སྤྱིད་འཛིན་པ་ཡིན། །

བརྩ་གཉིས་མི་སྒོན་ནང་དུ་ཞུགས། རྒྱལ་དབང་སྒོན་ལ་ཤོར་དོགས་ཡོད། །  
བརྩ་གསུམ་ཉི་ལྔ་སྐར་གསུམ་མཁའ་ལ་རྒྱས། རྒྱལ་ཁབ་ཅེ་འདི་ལ་བརྒྱག་  
སོང་ན། ལྷ་ས་ཡ་རུ་དེ་ལ་དཀར་ཡིན། གཡས་པ་དུང་ལོ་ལྷོན་པ་བརྒྱག་སྒྲན་  
ཤ་ཡུ་མོའི་མཁྱིས་པ་ཡིན། མོ་སྒོད་བཅན་སྲི་འདུལ་མི་ཡིན། རང་སའི་  
བཅན་ས་གར་བབས་ཀྱང་། འགྲ་ཐུབ་ཆུས་རྒྱལ་ཁོར་ལོན་ཡིན། བྱི་སར་  
བབས་ན་དག་ཁྱོད་དོ། རྒྱལ་ཁབ་ཅེ་འདི་ལ་སྒྲུག་ཟེར། ལི་ཕྱིན་སྐར་མ་  
མདངས་ཀྱང་ཟེར། གཡས་སྒོམ་ཁོར་གྱི་བང་མཛོད་ཡིན། བདུད་ཅི་འོ་མའི་  
བཞོ་ཟོ་ཡིན། ཟལ་དཀར་འབྲི་ཡི་སྒྲ་མདུད་དང་། འཛོམས་ན་ཤིན་ཏུ་  
ལེགས་པ་ཡིན། འགྲ་གཉི་དགོར་གསུམ་ཀུན་ལ་བཟང་། འབུས་མ་བརྒྱད་  
ཀྱི་ཆེ་བཤད་ལས། ལྷ་ས་དབུས་མ་བཟང་བར་བཤད། རྒྱལ་གསུམ་པ་བརྒྱག་  
དངས་བཅས་ཀྱུར་ན། ལྷ་ས་ཡ་རུ་དེ་ལ་དམར་ཡིན། ལྷ་སའི་ནང་གི་སེ་  
སྟོད་ཡིན། ཀུན་དབུས་བར་ནད་མོང་ན། ལ་མ་ནག་པོའི་མོ་ལ་བཟང་། རྒྱལ་  
སྒོ་བརྒྱག་ཡ་རུ་དེ་ལ་ནག་ཡིན། ལྷུག་ས་བརྒྱ་ནད་ཀྱིས་ཐེབས་དོ་ཡིན། ཏ་  
བརྒྱ་གཡང་ལ་ལྷུང་བ་ཡིན། བྱ་སྒོད་སྟེ་ལ་ཐོགས་པ་ཡིན། བྱ་རང་སྟོག་  
རང་གིས་བཅད་པ་ཡིན། བཟང་ལན་ངན་འཇལ་ཅི་བཟབ་ངན། བརྒྱག་  
གཉིས་བཅས་ལ་དང་པོ་གསུམ། རྒྱལ་ཁབ་ཅེ་འདི་ལ་སྒྲུག་ཅན་ལ་གཉིས་དང་  
ནི། རྒྱལ་དམར་སྒོ་བརྒྱག་འདོམས་པ་གཅིག ཁོག་བརྒྱག་དང་ནི་དེ་དང་  
གཞན། འདོམ་ཚུལ་དང་ནི་ཐི་གྲུ་གཉིས། འཇུ་སའི་གནས་ཀྱི་ཁྱད་པར་གྱི།

དབྱེསྒྲོ་སྒྲ་ཚོགས་ཡོད་ན་ཡང་། མིང་འདོགས་བཟང་ངན་ཁེར་བརྒྱག་ལ། དབག་སྟེ་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཡིན། གཉིས་བརྒྱག་བཟང་བའི་རིགས་བབས་ན། དམ་ས་ཐང་ཀར་གླིང་རིང་ན། ཤེལ་གོང་བྱ་བ་དུན་ཉིད་བརྒྱག་ བེའུ་རྒྱས་པ་འབྲོང་བུར་སོང་། བ་ཁོག་གསུམ་དུ་བབས་པ་ན། མ་གཅིག་པང་ན་ སྤྱག་ཉིས་ཡོང་། སྤྱག་ཉིས་ལུང་བ་ཁ་གཉིས་འཛིན། དམག་ཇག་གཉིས་ལ་ སྟོད་དུ་གཅིས། བརྒྱག་གསུམ་དུང་གི་སྐར་མ་བརྒྱག་ སྐར་མ་ཡོད་དཀར་མི་ བོ་ཡིན། སྐར་མ་དང་མཁྱེན་གསུམ་བྱེད་ཏུ་ལ་ཞོན། སྐར་མ་འི་ཚོམ་བུའི་ན་བཟང་ ལ། དག་ཚོགས་སྒྲ་མའི་སྐར་པགས་བཅིང་། ཤར་བུ་བ་གཉིས་ལ་སྐད་ཅིག་ བཤོད། སྟོ་བྱང་གཉིས་ལ་སྒྲས་རེས་བྱེད། དམག་ཇག་འདུལ་བའི་ཐེར་ མ་ཡིན། བཞི་བརྒྱག་སྐར་ཆེན་འོད་དཀར་བརྒྱག་ དེ་ལྟར་སྒྲ་སའི་བརྒྱག་ བཟང་རིགས། མཁའ་ལ་རྒྱ་སྐར་ཉེར་བརྒྱད་ལ། སྐར་མ་འབུམ་གྱིས་བསྐྱོར་ བ་ཡི། འོད་ཀྱིས་འཛིག་རྟེན་གསལ་འོ་ཡིན། དབྲག་གཞི་དཀོར་གསུམ་གང་ ལ་ཡང་། སྐར་ཚོགས་ལྟ་བུར་རྒྱས་འོ་ཡིན། བཅུ་གསུམ་སྟེང་དུ་ནད་པར་ ངན།  ཐིག་གསུམ་གྱིས་འདུས་པ་ན། ལྷ་ས་ཅོད་པན་ཞེས་སྤྱག་གསུམ། གཡུང་དུང་དིང་མོ་གལ་ཀྱང་ཟེར། གསེར་ཉི་དུང་ལྷ་ཤེལ་དཀར་གསུམ། དུས་གཅིག་མཁའ་ལ་ཤར་བ་ཡིན། དམ་རྩེ་བཅོན་བོའི་དམ་གཡག་ཡིན། བདུད་རྩེའི་སྤྱ་བ་རོག་བོ་ཡིན། རི་བདེ་བཅི་ལ་བཟང་བ་ཡིན། མི་གངས་ འཕེལ་བའི་རྩེ་ལྷ་ཡིན། དེ་ཡི་མཁར་མགོ་བརྒྱག་བྱུང་ན། ལྷ་ས་ཅོད་པན་

དུང་སོ་བརྒྱུག་གི་ལྷ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲ་མདུད་ཡིན། །རང་སར་ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་  
 བཟང་། །དེ་འོག་མཚོང་སོ་བརྒྱུག་ཅེས་བྱ། །གཡང་འཕེལ་ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་  
 བཟང་། །བརྒྱུག་གཅིག་བཟང་པོ་སྤྱི་མིང་དུ། །མུ་ས་ལི་ཕྱིན་དཀར་མོ་བློར་། །  
 རྟོན་ལྷེར་ཁྱུང་ཚང་ནང་ནས་ཐོན། །དག་སྒྲའི་གོ་མཚོན་སྒྲ་དགུ་ལོན། །ཡིག་  
 ཚང་ཅན་གྱི་མི་ཡང་བློན། །མདོ་རིགས་ཅན་གྱི་རྟ་ཡང་ཐོབ། །དག་བཅོན་  
 པོ་སྤར་ནས་གནང་ལོན་ངོ་། །སྒོ་བརྒྱུག་ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན། །ཁྱད་པར་  
 ས་ཁམས་ནད་པའི་དག། །དུང་མཚོང་གཉིས་པོ་འདོམ་པ་ན། །མུ་ས་བཀྲ་  
 བ་ཤིང་ལོ་བརྒྱུག་ །འཇའ་ཚོན་ཁྲ་མའི་གྲར་ནང་ན། །གནམ་སྒྲན་བཀྲ་ཤིས་  
 ཚེ་རིང་མས། །དུང་བྱ་ཁྱུང་ཁྱུང་རྟ་རུ་ཞོན། །གནམ་མཐའ་འཁོར་པའི་སྒྲོན་ལམ་  
 འདེབས། །བ་ཁོག་རྣམ་གསུམ་གར་བབ་ཀྱང་། །མི་གངས་དང་ནི་ལྷགས་  
 ཅི་འཕེལ། །ཕྱི་སར་ཤོར་ན་བདེ་སྤྱིད་ཤོར། །བརྒྱུག་གཉིས་ཅོད་པན་གསུང་  
 དུང་རིས། །བྱ་རྒྱུད་གསུང་དུང་ཕྱི་མོ་ཡིན། །ཡོར་པོ་རུ་མང་འགྲན་ལྷ་མེད། །  
 བརྒྱད་དང་བཅུ་གཅིག་གར་བབས་ཀྱང་། །གསུང་དུང་མི་དར་ཆུ་འགྲུབ་  
 ཡིན། །དུར་སྤི་རྟ་ནག་རལ་ཅན་ནི། །འདི་ཡི་ལན་དུ་བབས་ན་འདིག་ །རྩ་  
 སོད་ངན་རིགས་བབས་ན་ཡིན། །དར་འཕྱུ་ཐེག་པའི་མི་ལ་ངན། །སྒྲག་རས་  
 ཐེག་པའི་རྟ་ལ་ངན། །གཞན་ཡང་སྒོ་བརྒྱུག་འདོམ་པ་གཉིས། །གཉིས་བརྒྱུག་  
 བཟང་གི་སྒྲིགས་མ་ཡིན། །གསུམ་བརྒྱུག་མུ་ས་ཅོད་པན་ནི། །ཉི་ལྷ་སྐར་གསུམ་  
 བརྒྱུག་ཅེས་བྱ། །བཤད་པ་མུ་ཕྱའི་བརྒྱུག་གསུམ་མཚུངས། །འདི་ཡི་ལན་



ཏུ་རུ་སོད་ན། །གཡག་གི་འབྲིང་པ་ཆད་པ་ཡིན། །ཅོད་པན་ལན་རུ་རིང་  
 ལྷན་ན། །མདའ་གཅིག་རྟེན་ཀྱང་མདུང་གཅིག་ཆག། །ལྷག་པར་སྤྱན་གསུམ་  
 མོ་ལ་ངན། །གཞན་ཀྱན་མུ་ས་སྤྱི་ལྟར་དབྱེད་ ~~ཏུ་~~ ཅོད་པན་ཐིག་གཅིག་ས་  
 ལ་ལྟར། །མུ་ས་བྱ་ཡུན་ཤེའུ་ན་སང། །གཡུ་ཡི་ཁུ་བྱག་སྒོན་མོ་ཡིན། །སྐད་  
 ལྷན་སྒྲོགས་པའི་བྱ་རྒྱལ་ཡིན། །བྱ་ལུན་འཕྱིན་པ་དངས་ཅེ་ཡིན། །ལྟ་དམག་  
 ལྷུང་པའི་བྱ་ཡུན་ཡིན། །འདི་རང་སའི་བཅོན་ས་རྒྱམས་སུ་བཟང་། །རྒྱ་  
 མགོན་གཉིས་ལ་རྟོད་རྒྱ་གཅིས། །སོ་ལེན་གཏོང་ན་བཅུ་གསུམ་གཅིས། །ཁྱི་  
 སར་རྒྱལ་པ་སྤྱན་གསུམ་མམ། །དུ་གཤམ་སྤྱན་གསུམ་བབས་ནས་སུ། །བཅུ་  
 གསུམ་རྟེན་རུ་འདི་བབས་ན། །མྱང་རྒྱལ་དབུལ་གསུམ་སྒོན་རུ་སོད། །འཕན་  
 བདེ་རྒྱལ་གསུམ་རྒྱབ་ནས་ཡོད། །འབྲལ་རུ་ངན་ཀྱང་ལྷགས་སུ་བཟང་། །  
~~ཏུ་~~ དེ་ཡི་དང་པོར་བརྒྱལ་བྱུང་ན། །བྱ་ཡུན་ལྟ་མེ་རང་འབར་རམ། །ཡང་  
 བ་མུ་བྱ་དདུལ་ཆབ་བརྒྱལ། །བསྐལ་ལུན་འཕྱིག་ཀྱང་སྒྲོན་མེས་སེལ། །ཡུལ་  
 ལྟ་ལྟ་རྒྱལ་གཉན་རྗེ་ལ། །མི་གངས་ཡུལ་བས་བྱིན་པ་ཡིན། །ལན་རུ་དམ་  
 གཤམ་སྤྱན་གསུམ་ངན། །ལྟ་ཡུལ་ནེ་གོང་བྱ་བ་དེར། །གྲོད་གྱི་བ་མོས་ཐོག་  
 བརྗེས་ཡིན། །འདི་བརྒྱད་དང་བཅུ་གཅིག་གར་བབས་ཀྱང། །གསལ་བྱེད་  
 མཆོང་གི་མི་བོ་དེ། །སྐད་སྤྱན་ཁུ་བྱག་ཏུ་ལ་ཞོན། །ཁྱོག་ག་གོ་མོ་རོལ་རུ་  
 བྱིད། །དར་དགར་ལེའུ་སྤྱི་ལ་གསོལ། །ཀ་ཏར་མཛོས་པའི་ཆག་བཏགས། །  
 ལྷག་ན་སྤྱི་མཁར་སྤྱིང་བུ་འབྱུང། །མ་ལྟ་འབོད་པའི་གཏམ་སྤྱན་ཡིན། །བ་

ཁོག་བཅན་བྱིས་གར་བབས་ཀྱང་། །དུས་གབ་མེད་ཅིང་ཅི་བཏབ་བཟང་། །  
 འཆི་མེད་དོ་རྗེའི་སྐྱེ་དེ་ཡིན། །དེ་ལོག་བརྒྱུག་ན་དུས་བྱ་ནི། །སྐྱུག་མོ་གཡང་  
 མཚོ་བརྒྱུག་ཀྱང་ཟེར། །ཅི་བཏབ་ཅི་ལ་བཟང་བ་ཡིན། །བརྒྱུག་བཟང་གཅིག་  
 པའི་སྐྱེ་མིང་དུ། །གསལ་བྱེད་ལྟ་ཡི་སྒྲོན་མ་ཟེར། །ཅི་བཏབ་མོ་ལ་རང་སར་  
 བཟང་། །སྒྲོ་བརྒྱུག་ཅི་བཏབ་ཅི་ལ་ངན། །བྱ་ཕོ་རྒྱན་པོས་བྱུང་བྱུང་བཟུང་། །  
 དགོད་པོར་རྒྱ་བཟངས་ནང་དུ་བརྒྱུག། །འོག་ནས་སོལ་བའི་མེ་སྐར་བས། །བྱ་རང་  
 རྒྱུག་རང་གིས་བཅད་དེ་ཡིན། །ཕོ་ལྟས་མི་རྒྱུག་འདྲེ་ལ་བཅོང་། །དཔོན་དང་  
 ཡུལ་མི་དག་རུ་ལྟང་། །གསེར་དང་པོང་བའི་འདམ་ཁ་ཅོར། །གཞན་མུ་ས་  
 རྒྱོ་བརྒྱུག་བཤད་བ་འདྲ། །དང་པོ་གཉིས་པོ་བརྒྱུག་གྱུར་ན། །དུས་བྱ་དུང་  
 ལོ་རྒྱུག་ཅིག་གས། །ཤིང་ལོ་བཀྲ་ཤིས་སྐར་མ་བརྒྱུག། །བཤད་བ་མུ་ས་ཅོད་  
 པན་གྱི། །དང་པོ་གཉིས་བརྒྱུག་དེ་ཀ་ཡིན། །སྒྲོ་བརྒྱུག་དང་འདོམ་གཉིས་  
 པོ་ཞན། །བརྒྱུག་གསུམ་གསེར་ལོ་དཔུལ་དཀར་རམ། །ཁ་གྲགས་ཉི་ལྔ་སྐར་  
 གསུམ་བརྒྱུག། །འིན་ཆེན་མི་པོ་མཛེས་བ་གཅིག། །རྗེ་རྒྱུང་འཕྱོ་བའི་རྟ་ལ་  
 ཞོན། །སྒྲ་ཚོགས་མཛེས་པའི་ན་བཟང་ལ། །ཁྱུ་ལང་དར་གྱི་ཆ་ག་ཅན། །  
 བེཾར་ལ་ཡི་རྒྱན་པོས་བརྒྱན། །ཞི་རྒྱ་ལྟོ་ལའི་རྟོད་གཡོགས་ལ། །སྐྱུག་རྒྱུང་  
 སྐམ་གྱི་ཆ་ག་བཏགས། །དཀར་མེར་དམར་ལྗང་དར་གྱིས་བརྒྱན། །ཡ་མཚན་  
 ཆེ་བའི་ན་བཟང་མནཔ། །ལྟ་ཡི་བ་དན་འཕྲག་ལ་བཀལ། །བ་དན་ལན་  
 གཅིག་བརྒྱུང་ཅམ་ན། །གསལ་བའི་མེ་འབར་ལྟ་བས་སེ་ལྟ་བས། །གཡུ་དུང་

སྒྲིན་པ་ཐུ་ལུ་ལུ། །ལས་གྱི་དབལ་མདུང་ཚུབས་སེ་ཚུབས། །བྱ་པོན་འཕྲིན་  
 པ་དེ་རི་རི། །འདི་མི་འབབ་མི་འབབ་ཐེང་གཅིག་འབབ། །ལན་གཅིག་བབས་  
 པའི་དུས་བྱུང་ན། །མི་གངས་སྐར་མ་བས་ཀྱང་མང། །ཁོར་གངས་ཅི་ཤིང་  
 བས་ཀྱང་འབྲུག། །མཁར་ཆེན་ནམ་མཁའ་བས་ཀྱང་མཐོ། །ཆོ་སྒྲོག་ཚུ་རྒྱན་བས་  
 ཀྱང་རིང། །དག་གཞི་དུར་གསུམ་ཀྱན་ལ་བཟང། །བག་ཀན་ནད་པའི་མོ་  
 ལ་ངན། །ཆོས་ཁྲི་གསེར་ཁྲི་གཡུ་ཁྲི་གསུམ། །ཁྲི་གསུམ་དུས་གཅིག་སྟོང་  
 རོ་ཡིན། །ཤལ་ཆེན་དམག་ལ་སྟོད་དུ་གཅིས། །དམག་དཔོན་རྒྱལ་ནས་དམག་  
 མི་ཆང། །གོ་བྲབ་ཆང་ནས་རྩོམ་ཆོན་དར། །འོག་རྩ་ཆང་ནས་བདེ་དང་ལྷན། །  
 ལུ་ས་བྱ་ཡུན་ལུ་ལུ་འབྲེལ། །ལུ་ས་ཅམ་ཐིག་བྱ་ཡུན་ནམ། །འོང་རྒྱན་  
 བྱ་ཡུན་ཞེས་ཀྱང་བྱ། །ལུ་ས་གསུམ་ནད་དུ་གཉིས་འཇུས་ནས། །མོ་རྩ་  
 བག་ལ་སོང་གྱུར་ན། །བག་གི་ལུ་ས་ཞེས་སུ་གསལ། །ཤེལ་གྱི་བག་བྱ་ཞེས་  
 ཀྱང་ཟེར། །ཤར་ནང་དར་དུང་གསུམ་ཡིན། །སྟོན་གཉན་གྱི་རི་བདུན་ཡིན། །  
 ལུབ་ན་བསེ་ཡི་རི་བདུན་ཡིན། །བྱང་ན་དུང་ཤ་དཀར་མོ་ཡིན། །རི་བདུན་ཀྱན་  
 ལ་བཟང་བ་ཡིན། །ཤར་གྱི་སྐར་མ་སྒྲིན་དུག་ཡིན། །ཁྲི་བུར་དབའ་དང་སྒྲུད་  
 མི་ཡིན། །དྲོང་ལ་ལྷ་གསོལ་བྱེད་མི་ཡིན། །སོ་ཡོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ཡིན། །  
 སྒྲོ་བར་གྱོད་ཁ་བརྒྱུད་མི་ཡིན། །ཐང་ལེ་སྐྱ་ཆག་བཅོས་མི་ཡིན། །བྱ་རལ་  
 ཞིག་གསོས་བྱེད་མི་ཡིན། །དེ་ལ་བརྒྱག་གཅིག་བརྒྱག་གཉིས་དང། །བརྒྱག་  
 གསུམ་ལུ་བྱའི་བརྒྱག་བཟང་མཚུངས། །རྩ་དེ་ཡི་མོ་རྩ་སོ་བཀུག་ན། །

མུ་ས་ཤོར་ཁུང་ཞེས་སུ་བརྗོད། །གཟའ་རྩ་ཏུ་ལ་ཡི་བླ་མདུད་ཡིན། །སྒོན་གྱི་  
བསྐྱལ་བ་དང་པོ་ལ། ཤིང་ཅེར་དུང་ཁུང་གི་ཏུ་དང་། །མཆོག་ཏིང་ཚུ་སྒྲིན་རམ་  
བ་གཉིས། །འདོད་ཆགས་སྟེབ་པའི་སྒྲིད་བ་ལ། །བྱིས་པོ་ཡ་ཤྲ་རྩ་ལ་དང་། །  
བྱི་མོ་ཏུ་བ་ཤབ་སེག་དོང་གཉིས། །འདོད་ཆགས་སྟེབ་པའི་ཏུ་བྱུང་བ། །ཡབ་  
དེ་ཡ་ཤྲ་མེ་འབར་དང་། །ཡུམ་དེ་སྤལ་མགོ་བྲག་མིག་མ། །སྒྱུན་གྱི་ཡར་མར་  
ལྟ་མོག་ཟླུགས། །དཔག་བསམ་ཤིང་གི་ཅེ་མོན་ས། །ཡབ་འདོད་བསམ་མཆིལ་  
མ་རྒྱ་མཆོར་བསྐྱར། །ཡུམ་སྤྲུལ་མོས་ཆགས་བསམ་གྱུར་མིད་བྱས། །ཞག་གསུམ་  
དྲོས་བཞི་ནང་བར་ནི། །བྲག་གོད་སྒྱེས་བརྟོད་བ་ལས། །མི་ལུས་བྱ་མགོ་  
མཆིག་ཤོག་ཅན། །སྤལ་པའི་གཟའ་བདུད་ཆེན་པོ་བྱུང་། །གདན་ཡོད་བ་  
རྒྱ་མཆོ་མེད་བ་ཡིན། །ཟན་ཡོད་བ་གྱི་བདུད་ཤ་བྲག་ཡིན། །ཁ་ཚོར་མར་  
ཐོད་སྒྱུ་པོ་ཡིན། །གདོང་བཞི་བདུད་དང་སྤྲས་གསུམ་ཡོད། །ལན་རེ་སྤལ་བ་  
འགྲུང་ཅན། །དགུང་ཨ་སྒོན་དྲིལ་ནས་སྤྲ་ཤད་བྱེད། །ས་དོག་མོ་དྲིལ་ནས་  
བྱི་ཤད་བྱེད། །ཉི་ཟླ་མཁུར་ཁུག་གཡས་གཡོན་བཅུག །སྐར་མ་གངས་མེད་  
སོ་ཡིས་བཟུང་། །གནམ་ལྷགས་ཐོག་གི་སེར་བ་འབེབ། །ཤོར་ཁུང་མ་ཡིན་  
ཤོར་ཆོད་ཡིན། །སྤྲོ་ཤ་རོ་བརྒྱ་རེ་བ། །བྱི་དྲོད་གོ་རོ་བརྒྱ་རེ་བ། །མོ་སྒྲི་  
གདུག་བ་ཅོ་བུ་ཡིན། །མོ་སྒྲི་གདུག་བ་རལ་བུ་ཡིན། །གང་ལ་བབ་གུང་  
སྤྱ་གྱི་ཡིན། །ཤ་ལ་རམ་ཞིང་བྲག་ལ་དད། །སྟེ་བརྒྱད་ལས་ལ་འཐོད་པའི་  
ཏགས། །གཡོན་བ་རྩ་ཡི་མདའ་གཞུ་འཛིན། །ལྷ་སྒྲིན་དམག་དཔོན་བྱེད་


པའི་རྟགས། །ལུས་ཀྱི་མིག་གིས་གང་བ་སྟེ། །བརྟན་དག་མཐོང་བའི་དུག་  
གིས་གསོད། །མུག་མ་སྦྱལ་འབྲིལ་སྒྲ་ནད་གཏོང་། །སྤེ་བརྟུང་འགྲེང་ཅིང་  
ཕྱགས་ཀྱི་རྒྱལ། །སྤིང་མོ་གདོང་མོ་མཆེད་བཞི་ཡོད། །སྤྱི་མ་ཟེ་སྤྱི་བཞི་  
ཡིན། །ཤོ་ཉ་ཐེའུ་རང་སྦྱོར་དགྲ་ཡོད། །སྤྱི་བག་ཤི་སྦྱ་པོ་ཡིན། །ནང་སྤོན་  
རྒྱལ་པོ་གང་ཤལ་ཡོད། །སྤྱི་གསེར་བྱ་ཤེད་ཆད་ཡིན། །ལས་མཁན་མ་  
རྟེན་བཡོད། །སྤྱི་དམུ་ནག་ཐེ་སད་ཡིན། །ཤན་བ་དུ་བ་མུག་རིང་ཡོད། །  
སྤྱི་སྤོ་ཡོ་སྤོ་བརྒྱལ་ཡིན། །ཕྱི་སྤོན་གཟའ་ཤོད་མིག་དམར་ཡོད། །སྤྱི་  
རད་བ་ཤ་ཟན་ཡིན། །ཕྱག་བརྟན་དག་བརྟེན་ལུང་བྱ་ཡོད། །སྤྱི་ཁ་ལུང་  
སྤོ་བརྒྱལ་ཡིན། །ཕྱག་ཆང་གཟའ་ཆེན་སྤོན་བཡོད། །སྤྱི་བྱི་ལ་སྦྱལ་འུག་  
ཡིན། །པོ་སང་གསོད་པའི་ཆེ་འཛིན་ཡོད། །སྤྱི་ལུན་དམར་གི་ཐོག་ཡིན། །  
འདི་ཤར་ནས་ལུབ་དུ་རྒྱལ་ཅ་ན། །ཉི་ཟེར་འབར་བའི་རྟ་ལ་ཞོན། །ཞོར་ལ་  
མཛེན་ཆར་ལྟར་འབེབས། །ལུབ་ནས་ཤར་དུ་རྒྱལ་ཅ་ན། །དྲི་བཙན་ཡེར་  
མོའི་རྟ་ལ་ཞོན། །ཞོར་ལ་མ་མོའི་ཁྲག་ནད་གཏོང་། །བྱང་ནས་ལྟོ་དུ་རྒྱལ་  
ཅ་ན། །སྤྱི་སེར་རྒྱུད་གི་རྟ་ལ་ཞོན། །ཞོར་ལ་ཁ་ཆར་བུ་ཡུག་གཏོང་། །ཡུལ་  
ཁམས་ཐམས་ཅད་འབྲུགས་པ་སྤོང་། །ལྟོ་ནས་བྱང་དུ་རྒྱལ་ཅ་ན། །གཡུ་  
འབྲུག་སྤོན་མོའི་རྟ་ལ་ཞོན། །ཞོར་ལ་བཙའ་སང་སེར་གསུམ་གཏོང་། །མཚམས་  
ནས་མཚམས་སུ་རྒྱལ་ཅ་ན། །དགྲ་ཆོགས་སྦྱ་མོའི་རྟ་ལ་ཞོན། །ཞོར་ལ་ནད་  
ཡམས་སྦྱ་ཆོགས་གཏོང་། །འོག་ནས་སྤོང་དུ་རྒྱལ་ཅ་ན། །ཁུ་རྒྱུད་སྤྱི་བྱི་

རྟ་ལ་ཞོན། ཞོར་ལ་ཐབ་གཞོབ་མི་ཁག་དྲུག་ ། རྟེང་ནས་འོག་ཏུ་རྒྱག་ཅ་ན། །  
མེར་བ་དྲག་པོའི་རྟ་ལ་ཞོན། ཞོར་ལ་ཐོག་ཀློད་མདའ་ལྟར་འཕེན། །ཡུལ་ས་  
དྲོ་འཛོམ་མོ་འདེབས་ན། ཁོ་ཤི་མོ་ཤི་མདུན་དེ་ཡིན། ཁྱི་ས་གཡུལ་བཞི་གར་  
བབ་ཀྱང་། དག་དང་མི་ཁ་ཆེན་པོའི་དོ་ །འོ་མལ་བབས་ན་ལོ་བྲག་ཡིན། །  
གཏོ་དང་རིམ་གྱོ་ཆེ་བར་དགོས། དག་དང་གཡུལ་ཆེན་འབྱེད་དུས་དེར། །  
རང་སའི་བཅན་སར་འདི་བབས་ནས། ཁྱི་སར་སློ་བྲག་སེ་སྟོད་ན། དག་  
རལ་བ་ཅན་ལ་གངས་མེད་སོད། ཁོ་བརྒྱའི་ཡ་ཐོད་ཐང་ལ་ཆོག། མོ་བརྒྱའི་  
ལན་ཐུན་ས་ལ་རུལ། རལ་བ་ཅན་དང་བརྩེ་བརྩུང་། གནང་ནི་ཅི་འདོད་  
སྟེ་དགུ་ཐོབ། ཁོ་བཞེན་ནད་པའི་མོ་འདེབས་ན། བཅན་ས་ལོ་མལ་གར་  
བབས་ཀྱང་། ཤི་རིའི་སྟེན་གྱི་བོན་པོ་ཡིན། བཤོག་གནས་མལ་འདི་བབས་  
ན། ལན་ལད་ནས་རྒྱུ་མས་ཁྱོ་པོ་གསོད། གཅིག་གི་སྟེང་དུ་འདི་བབས་  
ནས། གཉིས་ལ་སྒྱུ་མ་གྱི་རན་རིགས་ན། ཁྱི་མོས་ཁྱི་མོ་བསད་པ་ཡིན། །  
གཉིས་ལ་འདི་དང་གསུམ་ལ་ནི། རྒྱ་སྤར་བག་ཁྱི་བབ་པ་ན། རྒྱ་པོས་སྤ་  
པོ་བསད་པ་ཡིན། ཤོར་ཁུང་རྒྱ་སྤར་བག་ཁྱི་གཉིས། དེ་བཞིན་སྤར་ཏེ་རིམ་  
བཞིན་ཏུ། གསུམ་བཞིར་མནའ་མས་སྒྱག་མོ་བསད། བཞི་སྤར་མག་བས་  
གྱོས་པོ་བསད། ལྷ་དྲག་སྤ་ཆས་དཔོན་པོ་བསད། དྲག་བདུན་པ་སྤར་གྱིས་  
མ་སྤར་བསད། བདུན་བརྒྱད་སྤ་མས་ཉེ་གནས་བསད། བརྒྱད་དགུ་ཞང་  
པོས་ཆ་པོ་བསད། དགུ་བརྒྱ་ཡ་མས་སྤ་ཆ་བསད། བརྒྱ་བརྒྱ་གཅིག་སྤ་

བོས་ཚ་བོ་བསད། །བརྩ་གཅིག་བརྩ་གཉིས་གཡོག་བོས་དཔོན་བོ་བསད། །  
 བརྩ་གཉིས་བརྩ་གསུམ་དེ་ལྟར་ན། །ཡུལ་གྲོང་དགུ་ཡི་འབྲུགས་པ་ལང་། །  
 འབྲུགས་པ་ནམས་ཀྱི་ཆེ་བ་ཡིན། །ཡུལ་དུ་ནད་ཡམས་ཆར་ལྟར་འབབ། །  
 ལར་ཤོར་ཁུང་འདི་ཡིས་མི་སྐབ་པ། །རྒྱ་སྒར་བག་གི་ལྷི་ལུར་ཡིན། །དེ་རྒྱ་གས་  
 བབས་ན་རིམ་གྲོན། །གཟའ་ལྷ་འབྲུགས་པ་ཡོ་བཙོས་བྱ། །ལྷ་འབྲུམ་དང་ནི་  
 གཉན་འབྲུམ་འདོན། །ཆོ་ཐར་གཏོང་ཞིང་སྣང་བརྒྱད་སྒྲོགས། །ལར་ཤོར་ཁུང་  
 གཟའ་རྒྱོད་ཆེན་པོ་འདི། །གཡུལ་ཆེན་དུག་པོ་བཟེ་དུས་དགོས། །དག་ལ་  
 བག་ཆེན་འབྱེད་དུས་དགོས། །ཡ་མ་སྒྲ་ཟད་ཅན་ལ་དགོས། །དུག་གསུམ་  
 བད་ཀྱི་སྤྱིང་དུ་དགོས། །སྒོག་སེར་ལྷས་ངན་བསྐྱབ་ན་དགོས། །དེ་མིན་ཅི་  
 ལ་རྩུབ་པ་ཡིན། །ལན་དུ་འབྲེལ་བ་བཟང་སྟེན། །ཡུལ་འབྲུགས་ཞི་ཞིང་ནད་  
 ཡམས་ཆར་བ་ཆད། །ཆོ་ཟད་དར་མཐུང་བཀའ་ལོག་ལྟ་དང་འཕྲད། །ནལ་  
 ཐོག་པང་སྒྲེབ་ངན་དགུའི་ཐག་པ་ཆད། །བཟང་དགུའི་མགོ་ཐེན་ཅི་བྱས་ལམ་  
 འགོ་བཟང་། །ཤོར་ཁུང་དེ་ལ་བརྒྱག་རྟེན་སེན། །གཅིག་བརྒྱག་གཉིས་བརྒྱག་  
 གསུམ་བརྒྱག་གསུམ། །ལྷན་པའི་ནང་གི་མར་མེ་ཡིན། །ཞི་གཟའ་གསུམ་གྱི་  
 སྒྲ་མདུད་ཡིན། །གཟའ་བྱབ་འཇུག་དབྱེས་པའི་དངོས་གྲུབ་ཡིན། །ཅི་བཏབ་  
 ཅི་ལ་ཤིན་ཏུ་བཟང་། །གཞན་ཡང་ད་རོག་སྤྲད་བལ་དང་། །ལུ་ལོ་ཤོར་ཁུང་  
 གསུམ་ཡོད་པ། །སོ་སོའི་སྟེ་ཆོན་ནང་དུ་འཆད། །ལྷས་བག་གི་ལྷས་དང་། །  
 ཅོད་པན་གསུམ་དང་དེ་གསུམ་ཀའི། །ཅོམ་ཐིག་སོང་བཅས་དུག་པོ་ལ། །

མུ་ས་ཤེལ་དཀར་སྐྱུན་དྲུག་ཟེར། རྩོད་པན་གསུམ་ཀར་ཅམ་ཐིག་བྱུང་། །  
གཡུང་དྲུང་དག་གི་རིགས་སུ་འགོ། ཤོར་ཁུང་བྲག་གི་སྡེ་ཚན་ཡིན་ནའང་། །  
འདི་རུ་དགོས་པའི་དབང་གིས་བཤད། ། །དེ་ནི་མུ་སའི་དབྱུང་དོན་ལ། །  
མུ་ས་དང་པོ་བནས་བྱུང་། །བ་རུ་གཡས་གཡོན་ཡིན་པ་ལ། །བ་པན་སྐྱུང་བུས་  
མ་བསད་དགོས། །ལན་དུ་དག་པན་སྐྱུན་གསུམ་ན། །འབྲལ་དུ་ཡེ་འདྲོགས་  
ཐེལ་རིགས་འོང་། །སྒྲིབ་མཉུ་དུན་སང་དེ་དང་གཅིག །སྒོ་ཁུང་ཀུན་རྒྱལ་  
པོ་མར་ནམ་སང་། །སོ་ཡོན་བྱ་ལུན་ལང་ཐང་ཅེ། །འདི་གསུམ་དག་པན་སྐྱུན་  
གསུམ་ཡིན། །ཡང་མུ་ས་ཁུང་རུ་གཡས་གཡོན་ལ། །ལེན་དུ་སྒྲིབ་ནག་རིགས་  
བབས་ན། །ཁུང་རུ་གཡུག་བྱེད་ངམས་ཀྱིས་བཅད། །གཏོ་ལ་དག་མནན་  
དག་ཆོས་བྱ། །མུ་ས་འདྲོད་འཛོའི་བམོ་དེ། །བྱར་གྱི་ཆན་མོས་མ་བཞོས་  
དགོས། །ལན་དུ་མ་སྐྱུམ་བབས་ན་ཡིན། །གཏོ་གཏོང་ཡུལ་བྱུང་འབྲུགས་  
པ་འོང་། །གཏོ་ལ་མ་སྐྱུམ་ནག་མོའི་སྒྲིབ་བརྒྱུག་བྱ། །ལར་མུ་སའི་ལན་དུ་  
དིང་དིང་ན། །རྒྱར་མའི་ཆོམ་བྱ་བཀྲ་བ་ཡིན། །སྒྲིབ་དིང་མི་རབས་འཕེལ་  
ཁ་ཆད། །གར་བར་གཟིག་མོས་ཁུང་བསྐྱེགས། །བྱ་ཡུན་རྟག་གི་མཆེལ་ཆག །  
འབྲོང་གི་རུལ་གོག་བཡིན། །དར་མ་གྱིར་འཆིབས་བར་དུ། །མིང་ཨ་དང་དཔལ་  
ལས་དཔས་པར་རྩུབ། །བྱ་བྱར་རྒྱར་ནང་རྒྱ་བ་མཛོས། །མུ་ས་མི་རབ་མང་དུ་  
གོལ། །མཆོམི་གུངས་འཕེལ་གིང་བརྟན། །སྒོ་ཆོམི་འཕེལ་རྟ་རྟག་འབྱུང་། །  
དམུ་དག་མི་སྒོག་ལུགས་ལ་བརྟེན། །སྒྲིབ་དཀར་གིང་རྩ་ས་ལ་བརྟེན། །ཆོལ་




ཆོ་ཤིང་ལ་ཟེལ་པ་ཆགས། །ཁྱུང་བརྒྱད་ནོར་འདོད་ལྷགས་དང་འབྲད། །ཨ་  
ཁད་ཐོས་འདོད་གངས་གསལ་གོ། །སད་ཁམས་འགོ་འདོད་ལམ་དུ་ཞུགས། །  
སང་ཟེ་སྒྲུབ་གཉིས་པ་ཞིང་བགོ། །བྱོད་ལུང་བསྐྱབ་པའི་ལག་པ་ཆད། །མེ་  
སྟོད་ཉི་ཟླ་སྒྲིབ་གྱིས་བསྒྲིག། །ལྡི་ལུང་འདོད་འཛིའི་བ་མོ་དེ། །བྱང་སྒྲིབ་མོ་  
དམར་མོས་ཁྲིད་པ་ཡོད། །མི་སྒྲུབ་གཉིས་པའི་མོ་ལ་ངན། །ངན་བྱེད་འབྲུགས་  
པ་ཡོད་དོ་ཡིན། །ལྷ་མིའི་བུ་ཆོ་བདུད་གྱིས་བྱིར། །བདུད་བཅོན་ཁམ་ཁ་མ་  
མོའི་དལ་ཁ་འབེབས། །ཡར་ལྡིང་བུ་ཆོའི་བྱིམ་ཐབས་བཅོན། །སྤུམ་མཉམ་  
རིལ་སྒྱུ་ལམ་དོད། །ཅིར་སྒྲུབ་གངས་བཅོན་ལྷག་ལྷན། །གཡུང་དྲུང་མི་ཡི་རབས་  
རྒྱད་དར། །ཀྱེ་བ་ཐོད་ཁམས་སྟོད་དུ་འབྲུགས། །ད་ཐོག་ཐོད་ཁམས་སྒྲུང་  
དུ་བསྒྲུབ་པ་དར། །མུ་དབལ་མི་འཕེལ་བསྒྲུབ་པ་རྒྱས། །སྒྲུམ་སྐར་མ་ལུན་  
བས་གཡོགས་པ་ཡིན། །བྱ་རལ་མི་ས་བྱི་ཡི་བཟུང། །ལི་ཡན་ཐོ་རེངས་སྐར་  
མ་ཡལ། །མར་ལྡིང་མི་རབས་མར་ལ་གྱུ། །སྒྲོ་བར་མ་ཁོན་ཚོད་གངས་ངན་  
འབྱུང། །སོ་ཡོན་ཉི་ཟླ་ངམ་ལ་ཤོར། །རུ་སོད་གཡག་གི་འབྲོང་ཆད་ཡིན། །  
མ་ཟེ་སྒྲེ་ཤིང་སྒྲིབ་གྱིས་ཟ། །ན་འབན་སྒྲིད་ཆལ་སྤང་གིས་བརྒྱུས། །འཐོར་  
ཁམས་ཐུབ་ཐུག་གིས་དེ། །ལུང་གསུམ་མདོར་བསྒྲག་མི་བདེ་ཡོང། །བྲག་དང་  
གྲོང་རིགས་སང་རིགས་གང་ཡང་ངན། །འགྲེལ་ཁམས་བརྒྱག་བཟང་གང་  
ཡང་བཟང། ། ཐིག་གཉིས་སྒྲེལ་ཁོག་ལ་འཇུས། །ཕ་ཆོ་ཞེས་སུ་  
གགས་པ་སྟེ། །དག་སྒྲའི་དར་མདུང་དགར་ཐོ་ཡིན། །མདུང་མོ་རྣམས་གྱི་

གྲོལ་ཕྱག་ཡིན། །རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོའི་སྤྲ་མདུད་ཡིན། །གནམ་ལྷགས་ཐོག་གི་  
 རྒྱན་ཟླ་ཡིན། །བྱ་རྒྱལ་ཁྱུང་གི་རྩ་བོ་ཡིན། །གནམ་ལྷ་དཀར་མོའི་མིང་བོ་  
 ཡིན། །ཤར་ནང་དེའི་བྲག་དཀར་ཡིན། །ལྷོ་ན་མདུང་ལ་དར་བཏགས་ཡིན། །  
 རུབ་ན་མོག་དང་གོ་གྱོན་ཡིན། །བྱང་ན་མདུང་དང་རལ་གྱི་ཡིན། །སྟོད་དུ་  
 བབས་ན་གསེར་མདུང་ཡིན། །བར་དུ་བབས་ན་བསེམ་མདུང་ཡིན། །སྤྲ་དུ་  
 བབས་ན་འཕང་གུལ་ཡིན། །རི་ལ་བྲག་གི་ཟེ་བ་ཡིན། །བྱ་ལ་བྱ་རྩ་ཕྱག་  
 ཡིན། །མཚོན་གྱི་ནང་ནས་དཔའ་མདུང་ཡིན། །ཨ་ཁད་ལྷ་དང་སྤྲ་མི་ཡིན། །  
 དག་སྤེའི་མདུང་མོ་རིང་འབྲགས་འདི། །བརྒྱབ་ན་དེ་རྩེའི་བྲག་ཀྱང་ཤིག །  
 རུར་ན་མ་སང་གཉན་ཀྱང་བསྐངས། །གཟེས་ན་ཡུངས་ཀར་ཁད་གྲུར་གཏོར། །  
 དག་སྤེའི་མདུང་ལ་བརྟེན་བ་ཡིན། །མདུང་སྤྲིང་གཏོང་ནས་མ་གས་དགོས། །  
 ལན་དུ་བག་ལྷི་བབ་ན་གས། །~~མཚོ~~འདི་ཡི་གཡས་ལ་བརྒྱག་སོང་བ། །ཕ་  
 ཚོ་དག་སྤེའི་དཔའ་མདུང་ངམ། །དུང་ལོ་དཀར་པོ་ཞེས་ཀྱང་ཟེར། །ཁ་ཅིག་  
 དུང་དུ་དཀར་པོར་འབོད། །གསེར་མདུང་སེར་པོ་འོད་འབར་ཡིན། །ཅི་ལ་  
 གནམ་ལྷགས་མདུང་མོ་བསྟོན། །དོམ་ནག་ཁྲོས་པའི་སྤྲ་རས་བརྒྱན། །ཅི་ལ་  
 བརྒྱབ་ཀྱང་ཐུབ་ངོ་ཡིན། །བྱ་བརྒྱ་མདུང་ལ་བརྟེན་ངོ་ཡིན། །རང་སའི་བཙན་  
 སགར་བབས་ཀྱང་། །འབྲུ་རྒྱལ་ཡག་དོན་གྲུབ་རུས། །~~མཚོ~~དེ་འོག་མཚོང་  
 ལོ་སྤྲུག་བོ་འམ། །མཚོང་དུ་སྤྲུག་བོ་ཞེས་བྱ་བ། །རྫོ་མཚོན་ངར་གྱི་རྫོ་གཡང་  
 ཡིན། །དབུ་མ་བརྒྱད་ཀྱི་ཆེ་བཤད་ལས། །ཕ་ཚོ་སྤྲུམ་མ་བཟང་བར་བཤད། །


ལྷ་གསོལ་རབ་གནས་གཡང་འབོད་དང་། །དག་འཕྲོན་བྱེད་པའི་མོལ་བཟང་། །  
 བྱིས་སར་བབས་ན་མི་རོར་འཕེལ། །ཅི་བཏབ་ཅི་ལ་བཟང་བ་ཡིན། །~~མ~~  
 གསུམ་པ་བཟང་སུ་དམར་པོ་འདི། །ཡ་མ་ནག་པོ་རྩོན་པ་དང་། །དམེ་ལས་བྱེད་  
 པ་མ་གཏོགས་པ། །དག་གཞི་ཀུན་ལ་ངན་པ་ཡིན། །~~མ~~ བཟོ་སྒྲིལ་  
 བརྒྱག་སོང་ན། །མཚོ་མདུང་ལ་གྱི་འཆང་རྒྱག། །མདུང་དག་ལ་འདེབས་ཁར་  
 རླེང་དུ་ཆག། །དག་གཞི་སྒྲོར་གསུམ་ཀུན་ལ་ངན། །ལྷ་པར་མདུང་ཁ་འབྱེད་  
 ན་ངན། །བྱི་སར་དག་ཡི་མདུང་ཆག་བཟང་། །ས་ཁམས་ནད་པའི་ལོ་བྲག་  
 ཡིན། །~~མ~~ བོག་བརྒྱག་སྒྲག་ན་གཞི་ན་ཟེར། །དག་གཞི་དཀོར་གསུམ་  
 ཀུན་ལ་བཟང་། །དང་པོ་གཉིས་པོ་བརྒྱག་བཅས་ན། །མཚོ་དུང་ལོ་ལྷོན་པ་  
 བརྒྱག། །ཡང་ན་དཔའ་པོ་ཐུན་ཐུན་ཟེར། །མདུང་ལ་དར་བཏགས་ལྟོ་སྒྲིན་  
 བརྒྱག། །ཅངས་པོ་ལྷའི་བྱག་མདུང་ཡིན། །ཅི་བཏབ་ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་། །  
 དེ་བཞིན་གཉིས་བརྒྱག་རྣམ་གངས་ལ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་དེ་འོག་གཉིས། །  
 གསུམ་པར་གཅིག་དང་གསུམ་བརྒྱག་བཞི། །བཟང་ངན་མིང་འདོགས་རྩ་  
 བས་ཤེས། །~~མ~~ ཐམས་ཅད་བརྒྱག་ན་མཚོ་ནི། །མདུང་མོ་སྒྲེ་བཞི་བརྒྱག་  
 ཀྱང་ཟེར། །~~མ~~ ཐིག་གསུམ་སྒྲེལ་འཇུག་པ་ནི། །མཚོ་དཔའ་མདུང་སུམ་  
 བརྒྱགས་ཡིན། །སྒྲོན་པའི་སྒྲ་མདུང་དྲང་གིང་ཡིན། །དམ་གླུང་བཤས་པའི་  
 སྒྲོག་རྩ་ལ། །ཡང་དག་མདུང་གཅིག་སྒྲིད་པ་སྟེ། །རྩ་འབྲུལ་ལྷ་མདུང་འདི་  
 ཡིན་ནོ། །དཔའ་མདུང་རྩ་མོ་བྱུང་རྒྱལ་ཡིན། །མདུང་གི་ཁ་ལ་དཔའ་དར་

ཚུགས། །རང་སར་ཅི་བྱལ་ཅི་ལ་བཟང་། །དེ་ཡི་མཁར་ཁ་བརྒྱག་བཅས་  
ན། །དཔའ་མདུང་དུང་དུང་ཀར་པོ་ཟེར། །དག་སྒྲའི་དཔའ་མདུང་རང་འབེབ་  
ཡིན། །དཔའ་མདུང་ཅེ་ལ་ཐོག་ཚོད་བརྒྱག། །ཐུགས་ཀར་བུ་དགྲའི་ཕྱག་མདུང་  
ཡིན། །ཐུག་དམར་བསད་པའི་དཔའ་མདུང་ཡིན། །ལྷ་དང་དག་སྒྲ་སྒྲེར་མ་  
གསུམ། །ཐུག་ཉགས་འདི་ལ་ཚང་བ་ཡིན། །དེ་འོག་བརྒྱག་དང་སྒྲོ་བརྒྱག་  
སོགས། །གོང་གི་ཁ་ཚོའི་རིགས་ལས་ཤེས། །དང་པོ་གཉིས་བརྒྱག་ཐོ་ལྷ་  
གནམ་གྲགས་བརྒྱག། །དུང་ཁྱུང་དཀར་པོའི་ནོར་བུ་བརྒྱག། །དཔའ་མདུང་  
ལ་བ་དན་ཅེ་བརྒྱད་བྱལས། །ཅེ་ལ་སྒྲོན་པའི་དུང་ཁྱུང་ལྷིང་། །ཟུར་ལ་པ་  
ཁང་སྒྲོམ་གྱིར་སྒྲ། །འོག་ལ་ཐུགས་གྱི་བྱ་བྱ་འཆོར། །ཐུགས་ལས་ཐོག་སེར་  
ཚུ་ཚུ་འཕྱོ། །བཅུ་གཅིག་བཅུ་གསུམ་གར་བབས་དེས། །ཕྱོ་བ་གསུམ་གྱི་  
དམག་ལེགས་ནས། །འབུམ་ཚོ་གསུམ་གྱི་གནང་ཐོབ་ལུས། །ཅི་བྱལ་ཅི་  
ལ་བཟང་བ་ཡིན། །ལྷག་མ་ཁ་ཚོ་ལྷ་བུར་དབྱད། །~~ཁ་ཚོའི་~~ཁ་ཚོའི་ཟུར་དུ་  
ཡང་གཅིག་འདུས། །ཁ་ཚོ་རྒྱལ་བ་ཡབ་སྐུས་ཟེར། །མོ་མདུད་སུམ་བརྒྱ་དུག་  
ཅུ་ལ། །འཕེལ་ཅུ་སྒྲོན་གསུམ་ཡོད་བ་ཡིན། །ཡང་དག་བཟང་བ་འདི་དག་  
ཡིན། །སྒྲོན་པའི་ནོར་ཐུགས་ཚོ་དགྲ་རྣམས། །དམ་གྱི་རྒྱལ་བས་དེད་པ་ལ། །  
སྒྲོན་པའི་དམག་གིས་རྒྱབ་མ་སྒྲད། །དམ་དམག་འབུམ་ཚོ་བསད་བཟུང་  
བྱས། །ནོར་ཐུགས་ཚུར་ལ་ཐོབ་ཉིན་བབས། །བརྒྱད་དང་བཅུ་གཅིག་གར་  
བབས་ཀྱང་། །དག་ཕྱིད་བསད་ཕྱིད་བཟུང་བྱས་པ་ཡིན། །གོ་མཚོན་གནང་

དུ་ལོན་དོ་ཡིན། །ཕྱི་སར་ཤོར་དུ་མི་རུང་དོ། །དེ་ཡི་སྒྲོ་བ་རྒྱལ་མ་གཏོགས་  
 པའི། །བརྒྱལ་བ་བར་ལྟ་སྒྲུབ་ཡིན་པས་བཟང་། །~~ཏུ་~~དེ་ཡི་ཕུག་སལ་ལྟུང་། །  
 སྐྱོ་བྱ་ཡུན་ཞེས་སྟུའཤོད། །གསལ་བའི་ཉི་མ་རང་ཤར་ཡིན། །དག་གཞི་  
 ཀྲུ་ལ་བཟང་བ་ཡིན། །དེ་ཡི་མཁར་ཅེ་བརྒྱལ་བུང་ན། །སྐྱོ་བྱ་ཡུན་ལྟ་  
 རྒྱལ་བརྒྱལ། །གནམ་འཕང་གཅོད་པའི་ཐང་དཀར་ཡིན། །དག་ཤ་བཟའི་  
 སྤྲུག་མོ་ཡིན། །བྱ་དཀར་ཕོ་ལྟ་གསེར་མིག་ཡིན། །བྱ་ཡུན་ནང་གི་བྱ་ཡུན་  
 ཡིན། །དེ་ལོག་ལྟ་རྒྱལ་སྤྲུག་པོ་སོགས། །བཟང་ངན་སྐྱོ་དག་དང་ནི། །བྱ་  
 ཡུན་རིགས་ལས་བསྐྱེས་ཏེ་ཤེས། །སྒྲོ་བརྒྱལ་ཁ་ཏེ་ཞག་རྒྱང་ངན། །~~ཏུ་~~  
 གཉིས་བརྒྱལ་སྐྱོ་བྱ་ཡུན་བྲལ་ཅེ་ཟེ། །བྱ་དཀར་ཆེ་རིང་རྒྱལ་པོ་ཡིན། །  
 བྱ་བཅོས་ལ་བྱེད་མི་ཡིན། །ཏུ་འབྲུལ་བྱ་དཀར་གཤོག་རྒྱས་ཡིན། །བཞོག་  
 བཅོན་ཁྱིམ་གར་བབས་ཀྱང་། །ལྟ་ཡི་སོ་བམི་ལ་ཆས། །དམག་ངག་གཉིས་  
 ལ་སྟོད་དུ་གཅེས། །དོན་ཡོད་ཁ་ཕོ་རྒྱལ་ཁ་ལོན། །དེ་བཞིན་བཟང་ངན་  
 རིགས་པས་འགྲེ། །~~ཏུ་~~སྐྱོ་ལོ་མོ་ཏུ་བག་ལ་སོང་། །བག་སྐྱོ་ཤིང་  
 མཐུང་སྒྲུ་མོ་ཟེ། །དག་གཞི་ཀྲུ་ལ་འབྲིང་ཙམ་ཡིན། །དེ་ཡི་མཁར་ཅེ་བརྒྱལ་  
 བུང་ན། །བག་སྐྱོ་ལྟ་རྒྱལ་དཀར་པོ་ཟེ། །ལྟ་ཡི་ཕུག་མཐུང་རིང་མོ་ཡིན། །  
 དམག་ཆེན་པམ་རྒྱལ་ཚུད་ཉིན་གཅེས། །ལྟ་མ་བཟང་ངན་རིགས་པས་ཤེས། །  
 གསུམ་ཀ་བརྒྱལ་བར་གྱུར་བ་ན། །སྐྱོ་ལྟ་ཡང་རྒྱལ་ཡིན། །རྒྱལ་ཐོག་  
 རྒྱལ་བཞག་ཆོམ་བུ་བརྒྱལ། །ལྟ་གཤོད་དཀར་པོའི་ཕུག་མཐུང་ཡིན། །མཐུང་

ལ་ཉི་མའི་ངར་ཚུ་བརྒྱལ། །རྩལ་ལས་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །ཡིད་ལས་གྲུབ་  
པའི་ལྷ་མདུང་ཡིན། །རང་སའི་བཅོན་ས་གར་བབས་བབས། ། མོ་  
རྟ་སོ་རུ་བཀྱལ་བ་ན། །ཤ་ཆོ་ཤོར་ཁུང་ཞེས་སུ་བྱ། །གཟའ་ཡི་སྒྲ་མདུད་ཤིན་  
ཏུ་ངན། །དེ་བརྒྱལ་བཟང་བྱུང་ན་ཅི་ལ་བཟང་། །ལར་ཤ་ཆོ་བཟང་པའི་མོ་  
མདུད་ནམས། །གཅིག་ལ་ཤར་ཕྱོགས་རི་བོ་རལ། །གཉིས་ལ་རོ་ཁུང་གི་  
མདུང་ཡིན། །གསུམ་ལ་རྩོ་མཆོན་དཔལ་ངར་ལྡན། །བཞི་ལ་རྒྱ་ཤིང་ལོ་འདབ་  
རྒྱས། །ལྷ་ལ་སྒྲིན་མདུང་རིང་མོ་ཡིན། །དྲུག་ལ་བབ་ཚུན་ཅུ་དཀར་འཕེལ། །  
བདུན་ལ་སྒྲ་དཀར་བྱུང་ཤིང་རྒྱས། །བརྒྱད་ལ་པོ་ལྷའི་དཔལ་མདུང་ཡིན། །  
དགུ་འདུར་གཤེན་བོན་གྱི་སྒྲ་གནས་དར། །བཅུ་གཉིས་རྩེ་རྒྱལ་པོ་ཕྱིར་བུད་  
ཡིན། །བཅུ་གཅིག་སྒྲིད་པའི་འཇུ་ཐག་ཚུགས། །བཅུ་གཉིས་འདུར་གཤེན་དུར་  
དུ་འདས། །བཅུ་གསུམ་མདུང་ཅེར་དག་སྒྲ་འཁོར། །ཤ་ཆོ་དང་ནི་དཔལ་  
མདུང་དང་། །བག་ཤ་ཆོ་རྒྱལ་བ་ཡབ་སྐུ་བཞི། །ཤ་ཆོ་མདུང་མོ་སྒྲེ་བཞི་  
ཡིན། །འཕྲེད་བཏགས་སྐུ་ས་ཙམ་ཐིག་ཡིན། །དཔལ་མདུང་འདོགས་གཞན་  
གསུང་བྱུང་ཡིན། །ཤོར་ཁུང་བྲག་གི་སྒྲེ་རུ་གཏོགས། །ཤ་ཆོའི་ལན་དུ་དིང་  
དིང་ན། །སྒྲིར་བཟང་ཞིང་ཡག་ཉེས་མེད་པའི་མོ། །དག་ལ་ཤིག་ཙམ་མི་སོད་  
ལ། །རྩུན་ལ་ཁབ་ཙམ་མི་ཉ་ཟེར། །སྒྲིན་དིང་ཤ་ཆོ་དག་འཕྲད་ཡིན། །གལ་  
བར་དག་སྒྲ་སྒྲུང་ཞོན་ཡིན། །བྱ་ཡུན་མཁར་པའི་གཡང་ཐོད་ཤོད་དུ་ལྷུང་། །  
མི་རབས་སྒྱ་རྒྱུད་ཆད་དོགས་ཡོད། །མིང་ཨ་དང་ཆོས་ལ་གས་པར་ངན། །

བྱ་ཡུན་གཡས་བརྒྱག་བྱུང་བ་ན། །མདུང་ལ་བ་དན་བཏགས་ཏེ་བཟང་། །  
 ཤིང་ལ་བྱ་ཚང་ཡག་བ་ཡིན། །བྱ་ཡུར་མདུང་ལ་དར་དཀར་བཏགས། །མུ་  
 ས་མུ་བུ་རང་བྱིམ་བདེ། །ཕ་ཚོ་ས་གཞི་དམག་གིས་བརྒྱན། །སྒོ་ཆེ་དག་སྒྲར་  
 རོད་འབྲུ་ཚྭ་ས། །དམ་དག་མདུང་མོ་དཔའ་ཐག་འཕྲད། །སྒྲིབ་དཀར་མདུང་  
 མོ་གདང་ལ་བཀལ། །ཆོལ་ཆེ་དར་མདུང་ཅེ་ལ་དག་སྒྲ་འཁོར། །བྱུང་བརྒྱད་  
 དག་སྒྲས་དག་ལ་དམག་རྒྱལ་ཐོབ། །ཨ་ཁད་དག་སྒྲ་མདུང་དམར་རྒྱས། །  
 རིང་སྒྲན་ལ་སོགས་སད་ཁམས་ན། །མགར་གྱི་མི་རྒྱུད་དར་བ་ཡིན། །དར་  
 མོ་བྱུང་ལ་བྱེད་ཀྱང་ཟེར། །མདུད་ཆད་རིགས་ཡིན་ཅུང་ཞན་སྒྲམ། །སྒང་ཟེད་ར་  
 མདུང་ཅེ་ལ་གཡུ་འབྲུག་གསལ། །བྱོད་ཡུར་དར་མདུང་ཅེ་ལ་ཁུ་བྲུག་གསལ། །  
 ལོ་གཉིས་བར་ལ་དག་མི་ལྷང། །སེ་སྒྲོད་ཕ་ཚོའི་བྱ་རན་ཡིན། །དར་འབྲུ་བྲག་  
 དང་འདྲེས་བ་ཡིན། །ཁྲི་བུར་ཕ་ཚོའི་སྒོག་གཅོད་ཡིན། །དར་ལ་དར་འབྲུ་ལྷུ་མ་  
 བས་བཟང་ཡང་ཟེར། །སྒོག་ས་དམར་བབས་ན་དཔའ་གྲོགས་ཡིན་པས་  
 བཟང་། །རྒྱང་སྒར་གཡུལ་སོ་དག་ལ་ཐེབ། །ཡར་ལྗིང་ལེར་མའི་མགོ་ཡི་  
 སྒྲག་འབྲུ་ཡིན། །སྒམ་མཉམ་མདུང་མོ་བཟུང་ཀྱང་བྱུར་ས་མེད། །ཅི་ར་མདུང་  
 མོ་ཅེ་རྒྱལ་ལེགས། །གཡུང་བྱུང་མདུང་སྒྲིང་ལྷགས་བས་སྒ། །ཀྲི་བ་རི་ལ་  
 ག་རྒྱང་འཁོར། །ད་རོག་མི་ལ་གྲུ་གཡང་འཁེབ། །དམ་དབལ་ལེའུའི་སྒྲང་  
 མདའ་ཚྭ་ས། །སྒྲམ་རིགས་ཕ་ཚོའི་བདུད་ཆད་ཡིན། །བྱ་རལ་མགར་གྱི་  
 གཡུང་རྒྱུད་ཆད། །ལི་ཡན་དར་ལྷེ་རྒྱུད་གིས་བྱིར། །མར་ལྗིང་མི་རྒྱུད་མཐའ་

ནས་བུད། །སློབ་པ་དབང་མདུང་གྱོད་དོས་མནན། །སོ་ཡོན་དབང་མདུང་  
སོལ་བར་སོང། །རུ་སོད་གཉན་གྲང་ར་ཅེ་ཆག །མ་ཟེ་གཉན་སྤྲུང་གིས་  
བསད། །ན་འབན་མ་ཚོའི་གཤེད་མ་ཡིན། །སློན་སྤྲུང་མ་གྱིས་བྱེད་དོ་ཡིན། །  
གྲོང་རིགས་མ་ཚོའི་མཐའ་མིག་ཡིན། །སངས་རིགས་ལྷགས་སངས་དག་ལ་  
ཆས། །ལན་ངན་ན་ཐུག་དཀར་བྱ་ལྗོང་བཀྲུག །གསས་མཁར་ཅེ་ལ་མདུང་  
དར་འཇུགས། །མདོ་སྡེ་བསྐྱལ་བ་བཟང་པོ་འདོན། །ཡོན་རྒྱ་རྟ་གཡག་ལྷག་  
གསུམ་བྱིན། །དེ་ལྟར་མ་ཚོ་བྱ་ཡུན་དང། །མ་ཚོ་ཤོར་བྱུང་མ་གཏོགས་པའི། །  
མ་ཚོ་མདུང་མོ་སྡེ་བཞི་ལ། །བརྒྱུག་སོགས་རྣམ་གྲངས་དབྱེ་བ་མང། །  
ཐི་གྲ་གྲ་བཞི་ས་ལ་ལྷུང། །སློབ་ཉིད་དྲང་པོར་གཤིབ་སྟེ་གནས། །སློབ་ཆེ་འཇ་  
ཅོ་ཆེ་ཞེས་གྲང་ཟེར། །སློབ་ཆེ་ཤིང་ལོ་དགྲ་འགྱུར་འདི། །ཤིང་ཆེན་ལོ་འདབ་  
རྒྱས་པ་ཡིན། །སློང་ཆེན་ཅུ་བ་བརྟན་པ་ཡིན། །སློབ་པ་གང་གི་རིང་ལ་བབས། །  
དབང་ཆེན་ས་གཞི་ཆགས་ཉིན་བབས། །ལ་ནི་རྩ་རྒྱུང་དཀར་པོ་ཡིན། །མ་  
ནི་རྩ་རྩམ་སློན་མོ་ཡིན། །སྤྲུང་དེ་དབག་བསམ་སློང་པོ་ཡིན། །བྱིས་པོ་གནམ་  
གྱི་སློན་སློན་ཡིན། །བྱི་མོ་སྤྱ་བདག་རྒྱལ་མོ་ཡིན། །འདི་རང་སློན་མ་སེར་  
པོ་ཡིན། །སློབ་དྲུ་བབས་ན་གནམ་རྟ་ཡིན། །གནམ་རྟའི་གཡུག་ཤོག་མ་ཆད་  
དགོས། །བར་དྲུ་བབས་ན་རྩ་རྟ་ཡིན། །རྩ་རྟ་ཟེ་བ་མ་ལོག་དགོས། །སློབ་  
དྲུ་བབས་ན་སྟེ་ཡིན། །སྟེ་མིག་བཞི་མ་ཉམས་དགོས། །སློབ་ཆེ་རྟ་ཡི་ཁ་བུར་  
ཡིན། །ཁ་བུར་རྟེན་ནས་མ་ཆག་དགོས། །སློབ་ཆེ་ཤིང་གི་ཐོག་བྱ་ཡིན། །ཐོག་



གྲུང་གྲུང་དུ་མ་ཡར་དགོས། སྟོ་ཆོ་རྟ་སྒྲ་འཕམ་པོ་འདི། ཤར་ན་ཚ་རྩལ་ནགས་  
 གྲུངས་ཡིན། ལྟོ་ན་སྒྲིན་ནག་གོང་ཁྱེར་ཡིན། རྩལ་ན་གཉན་གྱི་ལོ་འདབ་ཡིན། །  
 བྱང་ན་སྒྲ་སྒྲིང་ཁྲ་མོ་ཡིན། སྒྲུང་ན་བདེ་ཆེན་ཐང་ཞེས་བྱ། ཐང་ལ་ཙྰ་ཐོག་  
 ཞེ་རྒྱས་ལྟོས། ལན་དུ་བྱ་ཡུན་དང་ཙྰ་ན། ཐང་ལ་ཙྰ་ཐོག་རྒྱས་པ་ཡིན། ལྟོང་  
 དུ་མ་སང་སྒྲུ་མཁར་ཡིན། མཁར་ལ་གཡུ་ཐོག་ཞེ་འགལ་ལྟོས། ལན་དུ་  
 དབའ་བོ་སྟེ་དུག་ན། མཁར་ལ་གཡུ་བདེ་ཐོགས་པ་ཡིན། འདི་རྟ་རྒྱང་གཉིས་  
 གྱི་གཡུང་དུང་ཡིན། ལུག་དགོ་བ་གཉིས་གྱི་སྟོ་བྲག་ཡིན། ལྟག་པར་ལུག་  
 གི་མོ་ལ་ངན། དེ་མིན་ཙྰ་བྱ་བ་ཙྰ་ལ་བཟང་། །~~ལྟོ་ལོ་ལུ་ལ་བརྒྱག་~~  
 གཉིས་མོང་། སྟོ་ཆོ་མདུང་བྱ་བྱ་བ་ཡིན། ལུག་པས་ཙྰ་རྒྱལ་འོད་པོ་སང་  
 སང་ཟེར། ལར་པས་དིང་ཆེན་ཀུ་རུ་ལ་འོད་བརྒྱག་ སྟོ་བས་དམུ་ཤིང་ལོ་  
 མ་སྒྲུ་ཁེབ་བརྒྱག་ གཤིན་གྱིས་སྟོ་ཆོ་མདུང་བྱ་ཉི་ཤར་ཟེར། ཤིང་ལ་ལོ་  
 འདབ་རྒྱས་པ་ཡིན། ཅང་ཤེས་རྟ་ཡི་སྒྲ་མདུང་ཡིན། །~~ལྟོ་ལོ་ལུ་ལ་བརྒྱག་~~  
 ལ་བརྒྱག་གཉིས་ན། སྟོ་ཆོ་ལ་མང་གཡུ་གཤོག་ཟེར། དངས་མ་སྟོ་ཆོ་འཕུར་  
 ཤེས་བརྒྱག་ རྟོང་མ་གཉིས་ལ་རྟེལ་ཕོ་གཉིས། རྟེལ་ཕོ་གཉིས་ལ་དང་ཐོབ་  
 རེ། སྒྲུན་གཉིས་རྒྱས་དང་ནོར་ལ་དབང་། །~~ལྟོ་ལོ་ལུ་ལ་བརྒྱག་~~ བརྒྱག་གཉིས་བརྒྱུག་  
 རྟེ་བྱུང་བ་ན། རུས་སྒྲལ་ཁྱབ་བྱེད་ཅེས་སྟེ་འཕོད། དེ་ཡང་ཤིན་ཏུ་བཟང་  
 པ་ཡིན། བརྒྱག་གསུམ་ལ་མང་གཡུ་ལྟུབ་བམ། ཁྲི་མདུན་ཙྰ་རལ་བ་ཙྰ་  
 བ། བྲེ་བྱ་སྟོན་མོ་ཞེས་ཀྱང་ཟེར། འཛམ་བྱ་སྒྲིང་གི་སུམ་གཉིས་ཡིན། ལྟོང་

གསུམ་འདི་གཏེན་ཏྲ་ལ་ཐུགས། །བྱ་བཅུ་ཏྲ་བརྒྱའི་བདག་པོ་བྱེད། །བཞི་བརྒྱ་ག་  
 གླིང་བཞི་སྟེར་ཆེན་ནན། །གླིང་བཞི་གསེར་ཐིག་ཅེས་ཀྱང་ཟེར། །འབྲུལ་ཤིང་  
 གཤམ་ཅོ་དམུ་སྟོར་བརྒྱ་ག་ །གླིང་བཞི་བྱ་ཏྲ་སྟག་དངོས་ཡིན། །~~ཐོག་བརྒྱ་~~ །ཐོག་བརྒྱ་  
 འདི་ཡང་དངས་མར་འདོད། །འདི་ལ་ཁྲི་མ་གླིང་བརྒྱ་ག་ཟེར། །ལར་གཅིག་  
 གི་སྟེང་དུ་སྟོ་ཆོན། །སྟེ་ཤིང་སྟོ་མ་པོའི་རྩ་བ་ཡིན། །མི་རབས་མཐའ་ནས་དར་  
 བ་ཡིན། །བརྒྱ་ག་རྩ་བ་གཏེན་ཟུག་ཡིན། །གཉིས་ལ་དག་རྒྱ་འོང་དོགས་  
 ཡོད། །བརྒྱ་ག་དག་མཐོག་ས་ལམ་དུ་ཞུགས། །གསུམ་དཔག་བསམ་མུ་ལེ་  
 འབྲུལ་ཤིང་རྒྱས། །བརྒྱ་ག་ན་བུ་ཚའི་སྒྲ་རི་དང་། །བཞི་ལ་སྒྲ་ཤིང་ལོ་འདབ་  
 བརྒྱས། །བརྒྱ་ག་ན་ཁོར་གྱི་གཡང་ཁ་དར། །ལྷ་ལ་ཤིང་སྒྲ་སྟེང་མེད་ཡིན། །  
 །བརྒྱ་ག་ན་གཤིན་ཆས་ཁ་མོའི་ངོ་། །དུག་གཡང་དུང་འབྲུ་ཡི་བང་བ་ཡིན། །  
 །བརྒྱ་ག་ན་བང་བ་ནས་གྱིས་གང་། །བདུན་ལ་ཅ་རྩལ་སྟོང་པོ་སྟེས། །བརྒྱ་ག་  
 ན་ཡལ་ག་ལོ་འདབ་རྒྱས། །བརྒྱ་ད་འཆལ་པའི་ཤིང་གཉན་སྟག་བ་ཡིན། །  
 །བརྒྱ་ག་ན་ནད་མེད་ལྷ་ངོ་མཐོ། །དག་ལུ་ལུ་གྱི་ཕྱོགས་གྱི་གཡུ་ཤུག་ཡིན། །  
 །བརྒྱ་ག་ན་གོང་སྟོ་དུར་སྟོ་ཕྱེ། །བཅུ་གྱི་ཡིང་རྟ་ཡི་དབང་པོ་རྟོ། །བརྒྱ་ག་ན་མདོ་  
 བ་རྒྱུང་རྟར་མཐོག་ས། །བཅུ་གཅིག་རི་རྩེར་ལྷོན་བ་རྒྱས། །བརྒྱ་ག་དག་  
 ལྷ་ངོ་སོ་མཐོ། །བཅུ་གཉིས་སྒྲ་བ་མདའ་མེར་བུང་ཡིན། །བརྒྱ་ག་རྟ་པོ་གཞན་  
 ལག་འགྲོ། །བཅུ་གསུམ་སྟེ་ཤིང་ལོ་འདབ་རྒྱས། །བརྒྱ་ག་ན་ཆོ་བཅུད་འབྲས་  
 བཟང་སྟོན། །~~རྩེ་~~ འདི་ཡི་སྟོ་ལ་བརྒྱ་ག་སོང་ན། །སྟོ་ཆོ་ཁར་བརྟ་ལ་ངན། །

སྒྲོ་ཆོ་སྤངས་ཆད་ཅེས་གྲང་ཟེར། ~~ཁོ་~~ སྒྲོ་དེ་དྲོད་དུ་སོང་བཅ། །དྲོད་གི་སྒྲོ་  
 ཆོ་ཞེས་བྱ་སྟེ། །དྲོད་ཅིག་ཅེ་སྒྲོ་བོ་ཞེས་གྲང་བྱ། །འདི་གཉིས་སྒྲོ་ཆོའི་སྟོགས་མ་  
 ཡིན། །འབྲས་བུ་མེད་པའི་ཤིང་སྒྲམ་ཡིན། །དག་གཞི་དཀོར་གསུམ་གྱུན་  
 ལ་ངན། །བྱད་པར་ས་ཁམས་ནད་པའི་བདུད། །གཅིག་ལ་གྲོང་གི་སྒྲོ་ཆོ་  
 དེ། །གཤིན་རྗེའི་ཉལ་མ་ལྟ་ག་པ་ཡིན། །གཉིས་ལ་དུར་སྤི་ས་ནས་ལང་། །  
 གསུམ་ལ་ཆུང་གསུམ་དུར་སྤི་ལང་། །བཞི་ལ་གཡང་ལྟ་འཁོར་བོས་བསྐྱུས། །  
 ལྟ་ལ་དག་ལྟེ་ཐུར་མས་གྲུས། །དུག་ལ་ཉལ་ས་ཆང་སྟུག་ཡིན། །བདུན་ལ་  
 འོག་རྟ་མིག་པ་འབྲུམ། །བརྒྱད་ལ་སྒྲོན་པའི་མདུད་དར་ཆག། །དགྲུ་ལ་གཉན་  
 གྱིན་བ་ཆད། །བརྩ་ལ་སོ་དུར་མོ་འདྲེ་ལང་། །བརྩ་གཅིག་སྒྲེ་ཤིང་འབྲུ་ཡིས་  
 ཟོས། །བརྩ་གཉིས་ངམ་གྱི་སྒྲོང་སྒྲོར་བྱེད། །བརྩ་གསུམ་མི་ཆེན་ཐུན་འོག་  
 གཤ། །ལྟ་བདུད་བབས་བས་ལྟ་གསོལ་ལྟ་བྱས་བྱ། ~~ཁོ་~~ ལྟ་གཉིས་  
 ཁོག་འབྲེལ་ས་ལ་ལྟུང་། །ཤ་རིང་སྒྲོ་ཆོ་བསམ་འགྲུབ་ཡིན། །རྟ་དང་མཁར་  
 གྱི་སྒྲ་མདུད་ཡིན། །མ་སང་བརྟེན་པའི་མཁར་གཅིག་ཡིན། །དག་སྒྲའི་སྒྲ་  
 མཁར་མཐོན་པོ་ཡིན། །རི་དྲགས་ཤ་བའི་སྒྲ་མདུད་ཡིན། །གཅིག་གི་སྒྲོང་  
 དུ་འདི་བབས་ན། །ཤར་གྱི་ཤེལ་བྲག་རྟ་སོལ། །དུང་བྱ་ཁྱུང་ཁྱུང་ཆང་ཡང་  
 བཅས། །བརྒྱག་ན་དུང་བྱ་མ་བུ་ཆང་དུ་བདེ། །གཉིས་བདུད་གྱི་བྲག་ནག་  
 ལྟ་སོལ། །འདྲེ་བྱ་སྒྲུང་གའི་ཆང་གཅིག་བཅའ། །བརྒྱག་ན་འདྲེ་གདོན་  
 ཤར་ནས་གཞོད། །གསུམ་ཉིན་གྱི་བྲེ་གྲུ་མདའ་སྒྲོལ། །གཡུ་བྱ་ཁྱུ་བྱ་ཆང་

ཞིག་བཅའ། །བརྒྱུག་ན་ལ་མཁར་བྱ་ཡིས་བཟུང་། །བཞིག་ཡང་གི་བྲག་དཀར་  
 གྲུ་བཞི་ལ། །དུང་བྱ་ཐང་དཀར་ཆང་གཅིག་བཅས། །བརྒྱུག་ན་བྱ་མོས་མ་  
 བྱིམ་ཟེན། །ལྷ་མིན་གྱི་བྲག་དམར་ཟངས་ལ། །མིན་བྱ་ལྷག་པའི་ཆང་བཅས་  
 ཡིན། །བརྒྱུག་ན་ལྷོ་རྫོང་དག་ཡིས་འཛིན། །དུག་གཡའ་སྤང་གཉིས་གྱི་ས་  
 མཆམས་སུ། །ལྷ་བྱ་གོང་མའི་ཆང་གིག་བཅས། །བརྒྱུག་ན་བྱིམ་བདག་ལྷ་  
 བྱིམ་ཟེན། །བདུན་དབུས་གྱི་བྲག་དམར་བསམ་ཡས་ལ། །ལྷགས་ཁྱེད་  
 པའི་ཆང་བཅས་ཡིན། །བརྒྱུག་ན་རང་རྫོང་བདག་པོས་ཟེན། །བརྒྱད་དག་  
 སྤའི་ཁྱུང་ཆོང་བྲག་དམར་ལ། །དག་སྤྱད་ཁྱའི་ཆང་བཅས་ཡིན། །བརྒྱུག་  
 ན་གཟའ་དཔོན་སྐྱེ་ཆེ་རིང་། །དག་མིན་གྱི་དུང་བྲག་ནག་པོ་ལ། །དུང་བྱ་ཀར་  
 ཀའི་ཆང་ཞིག་བཅས། །བརྒྱུག་ན་རྩལ་མཁར་དག་ཡིས་འཛིན། །བཙུ་ཤེལ་  
 བྲག་དཀར་པོའི་ཕྱོམ་དེར། །དག་སྤའི་དཔལ་ཆང་བཅས་པ་ཡིན། །བརྒྱུག་  
 ན་བཙུན་མོས་རྒྱལ་ས་ཟེན། །བཙུ་གཅིག་ལུ་ཡི་དུང་བྲག་ལ། །བྱ་དཀར་  
 མཆལ་ཐིག་ཆང་ཡག་ཡིན། །བརྒྱུག་ན་རྩེ་དཔོན་གདན་ཁྱིའོན། །བཙུ་གཉིས་  
 དམ་ཤིང་མགོ་བརྒྱལ་ལ། །ཐོལ་ཁྱ་རྒྱ་པོའི་ཆང་ཞིག་བཅས། །བརྒྱུག་ན་  
 ཡལ་རྟ་དག་ལ་འཆོར། །བཙུ་གསུམ་དཔག་བསམ་ཤིང་གི་ཕྱིར། །ཐོ་ལྷ་དུང་  
 ཁྱུང་ཆང་བཅས་ཡིན། །རྫོང་རལ་པ་ཅན་ལ་བཙུ་གསུམ་ཐོབ། །ཡང་དག་  
 བརྒྱུག་གཅིག་བཅས་པ་ན། །མཁར་སྤེལ་ཞོལ་འདྲེས་པ་བཙུ་གསུམ་ཐོབ། །  
 རྟ་མཛོདེལ་གསུམ་ཁྱུ་དེད་བྱེད། །རྒྱལ་པོ་གདན་རྒྱས་འཕེལ་བ་ཡིན། །

~~མེ~~ ཤ་རིང་ཐུལ་བརྒྱུག་གཅིག་བཅས། ཤ་རིང་སྒྲོ་ཆོ་མཁལ་མ་བརྒྱུག།  
 ཡང་ན་ཀ་ཁུ་ར་བརྒྱུག་ཟེར། མ་ཁུལ་སྒྲོ་མ་རའི་ལྷ་ཆབ་ཡིན། མི་ནོར་གཉིས་  
 གྱི་བདུད་ཅི་ཡིན། སྒྲིན་ཐིང་འཕུལ་གྱི་གྲོག་མོ་ཡིན། མི་ཤ་རྟིང་ཅོད་བྱེད་  
 ན་བཟང་། ས་འཛིན་ཡུལ་བགོས་བྱེད་ན་བཟང་། མ་སང་འཕུལ་གྱི་སྒྲུ་  
 མཁར་ཡིན། མོ་འདི་བབས་ས་བརྒྱད་ལ་གཅིས། མཁར་གྱི་ནང་ནས་བཅོན་  
 མཁར་ཡིན། བརྒྱད་དང་བརྒྱུག་ཅིག་འདི་བབས་ནས། བརྒྱུག་སུམ་བཏགས་  
 གསལ་བཟང་ལྟེན། ལྷ་ཐུ་སྒྲི་གཙུག་རྒྱལ་བ་དེས། སྒྲོན་ལམ་མཐའ་ཐུ་  
 ཐུན་བ་ཡིན། ལན་དུ་ཆུ་དོ་ལི་ཡན་ན། སྒྲོན་ལམ་ལོག་པར་སོང་བ་ཡིན། མ་  
 རབ་མི་ཡི་མོ་ལ་བཟང་། མཐུ་དང་དམོན་པ་བྱེད་ན་བཟང་། ~~མེ~~  
 ཤ་རིང་ཐུག་ཉིས་བརྒྱུག་པ་ན། ཤ་རིང་མཁལ་མ་སྒྲོ་རིངས་སམ། མཁར་ལ་  
 ཉི་ལྷ་འོད་ཟེར་བརྒྱུག། ཡང་ན་འཁོར་ལོ་རང་གྲུབ་ཟེར། ཤ་རིང་གསས་  
 མཁར་ཆེན་མོ་སྟེ། ཡང་དག་ལྷ་གས་རྫོང་ཐུག་ཆེན་ཡིན། ཁྲ་ཆང་བཅས་  
 བའི་བྲག་དམར་ཡིན། མ་སང་ཐུ་དགའི་སྒྲུ་མཁར་ཡིན། བཅོན་སའི་སྟོད་  
 དུ་གར་བབས་ཀྱང་། ཁྲ་སྒྲུག་ཁྱུང་གསུམ་འདི་ལ་ཆང་། རྒྱལ་ཆུས་ནོར་  
 གསུམ་དུས་གཅིག་ཐོབ། ཐྱི་སར་ཤོར་དུ་མི་རུང་དོ། ~~མེ~~ མ་ཐུག་སུམ་  
 ཀ་བརྒྱུག་པ་ན། ཀ་ཁུ་འཁོར་ལེ་རིན་ཆེན་བརྒྱུག ཡང་ན་ཤིང་རིགས་ཁྲ་  
 མ་ཟེར། འདི་ཡང་བཟང་བའི་མདུད་པར་གཏོགས། ~~མེ~~ ཐུ་ཡི་སྒྲོ་བཞི་  
 བརྒྱུག་པ་ན། ཤ་རིང་གྲིང་བཞི་ཆེན་མོ་ན། ཐྱོགས་བཞི་རྒྱལ་པོའི་དགོར་

མཛོད་བརྒྱུག་རྒྱལ་ཆེན་སྡེ་བཞིའི་ཡུག་རྒྱས་ཡིན། བསྐྱལ་བ་གསུམ་ལ་  
 འཛོད་མི་སྤྲོད། སྤྲོད་བ་གསུམ་ལ་ཆུས་མི་འཆོར། རང་ས་མ་གཏོགས་བབས་  
 མི་རུང་། ~~འཛོད་མི་སྤྲོད་པའི་བརྒྱུག་སྤོང་ན།~~ མཁལ་བརྒྱ་བཅོན་ཀྱང་  
 མིང་ནས་འཛིག་རྟ་བརྒྱ་ཡོད་ཀྱང་གཅིག་མི་དབང་། རང་སྤྲོག་རང་གིས་  
 བཅད་བཡིན། ~~འཛོད་མི་སྤྲོད་པའི་བརྒྱུག་སྤོང་ན།~~ རྟོད་གི་ཤ་རིང་སྤྲོ་ཆེ་ཟེར། རྟོད་སྤྲལ་རྒྱན་ཏེ་རུད་ག་ཀྱང་ཟེར། སྤྲོ་ཆེའི་ནང་གི་སྤྲོ་གསལ་མ་ཡིན། མཁལ་  
 བརྒྱ་ཞིག་པའི་ས་ཡུང་ཡིན། དབྱ་གཞི་ཀུན་དང་མཁལ་ལ་ངན། སྤྲོ་ལི་  
 ཡན་བྱ་རལ་ཐང་ལེ་གསུམ། ཤ་རིང་ཁ་དབུགས་ལེན་མི་ཡིན། རྟོད་དང་  
 མ་ཟེ་སུམ་མཉམ་གསུམ། ཤ་རིང་གསོད་པའི་བདུད་གསུམ་ཡིན། དབྱ་  
 བཟ་སྤྲོ་བར་སོ་ཡོན་གསུམ། ཤ་རིང་གཞོན་པའི་དམུག་བཡིན། སེ་སྤྲོད་སྤྲོས་  
 སྤྲོ་གསལ་བྱ་གསུམ། ཤ་རིང་ཁོང་སྤྲོག་གཅོད་མི་ཡིན། ཤ་རིང་མཁལ་ལ་  
 སྤྲོག་རྟོ་འཛིགས། ལན་དུ་སྤྲོན་དིང་ནག་མོ་ཡིན། ཤ་རིང་མཁལ་ལ་ཀྱང་  
 རྟོ་འཛིགས། ལན་དུ་ཤ་བག་ལི་ཡན་ཡིན། མོ་འདི་རྒྱམས་འདི་བཞིན་བབས་  
 བན། ཆུས་ཤོར་ཤོར་ཤོར་ཡུལ་ཤོར་ཡིན། རང་སར་འདྲེས་ན་མི་ཤི་འོང་། སྤྲོ་ནང་འདྲེས་ན་དབྱ་གོད་འོང་། སྤྲོད་དག་ཆོགས་བསགས་ལམ་བསལ་  
 བྱ། སེལ་སྤྲོ་མདོ་འདོན་མར་མེ་ཡུལ། རྩེ་མ་བྱ་ཡན་བྱ་བརྒྱུག་གསུམ། ཤ་  
 ཤ་རིང་གསོ་བའི་བདུད་རྩི་ཡིན། ~~འཛོད་མི་སྤྲོད་པའི་བརྒྱུག་སྤོང་ན།~~ འདི་ད་རོག་རང་རྒྱམས་སྤྲོ་ཆེ་  
 ཡིན། ད་རོག་སྤྲོན་རུམ་སྤྲོ་ཆེ་འང་ཟེར། སྤྲོན་པའི་དུང་རྟ་ཆད་མེད་ཡིན། ཤ་

ལྷག་པར་རྟ་ཡི་མོ་ལ་བཟང་། །འདི་ཡི་སུ་ལ་བརྒྱག་གཅིག་བྱུང་བ་ན། །ཤེལ་  
 རྟ་གཡུ་སྒོན་ཉི་མ་བརྒྱག་ །ལ་ལས་དཔུལ་ཁྱུང་བྲམ་མོ་ཟེར། །བརྒྱག་གཉིས་  
 ལྷ་མོ་སྤྲུལ་མོ་བྲོ་གར་བརྒྱག་ །སྒྲོ་བརྒྱག་རྟ་བརྒྱ་འཐེང་ནད་ཐོག་ །ད་རོག་རང་  
 བས་སྒོ་ཆེ་ཡི། །སྤུ་གུར་བཙོམ་ཐིག་བྱུང་བ་ན། །སྒྲིག་གི་མཚལ་སུ་སྒྲུ་ཤེས་  
 ཡིན། །གཡུང་བྱུང་རིགས་ཡིན་ཅི་ལ་བཟང་། །ད་རོག་རང་བས་རྩྱང་རྩྱག་ལ། །  
 དེ་བྱུང་ཅི་ལི་རྩྱང་སུ་མ་ཆ་བྲག་ །གཡུང་བྱུང་ནང་གི་རྩྱང་བྲག་ཡིན། །རྟ་རྒྱུང་  
 བོང་གསུམ་གྲོས་བྱས་ནས། །འབྲོང་ལ་པ་ཤ་ལེན་དུ་ཕྱིན། །པ་ཤ་མ་ལོན་པ་  
 རྒྱས་འཕུང་། །ད་ལྷ་རྟ་བོང་རྒྱུང་ལ་ངན། །འདི་རང་སར་མི་སྤུབ་ཕྱི་སར་  
 དབང་། །དེ་བཞིན་གཞན་ལ་འང་བཟང་ངན་ཤེས། །ཅམ་ཐིག་བྱུང་བ་དེ་དག་  
 བེ། །རྩ་བ་དགུ་སུ་བགྱང་བ་མིན། །~~རྩ་བ་~~འདི་ལ་ད་རོག་རྩངས་ཀྱི་སྒོ་  
 ཆེ་འཇམ། །ད་རོག་དཔུ་རོག་དཔུ་རྒྱུང་སྒོ་ཆེ་ཟེར། །འོག་ཁམས་ཤེལ་ལེའི་རིང་  
 ལ་བབས། །རྩྱང་སྒོག་སུ་བའི་བྲ་བྲུ་ཐོབ། །དམག་ངག་གཉིས་ལ་སྒྲོད་དུ་  
 གཅེས། །གཞི་བྱ་བ་ཁོག་གསུམ་དུ་གཅེས། །བརྒྱག་གཅིག་གྱི་ལིང་འཕུར་  
 ཤེས་བརྒྱག་ །དམག་ལ་བཙན་ས་གཞི་བྱར་བ་ཁོག་གཅེས། །~~རྩ་བ་~~གཉིས་  
 བརྒྱག་གཞན་ལྷགས་ཀ་བ་དགུ་སྒྲིལ་བརྒྱག་ །~~རྩ་བ་~~གལ་ཏེ་ད་རོག་སྒོ་ཆེ་  
 ཡི། །སྒོ་ཉིད་རྩྱང་དུ་སོང་བ་ན། །རྩྱང་ད་རོག་རྩངས་ཀྱི་སྒོ་ཆེ་ཡིན། །བད་  
 མཁེས་ནད་ཀྱི་རྩ་བ་ཡིན། །ད་རོག་རང་བས་རྩྱང་རྩྱག་ན། །སྒོ་རོ་འབྲོང་ག་ཤོར་  
 ཤི་རོ་ཡིན། །བ་ཁོག་བཙན་ཕྱིན་གར་ཡང་ངན། །དེ་ཡི་སུ་ལ་བརྒྱག་སོང་

ན། རྩོད་གི་ལི་ཤོད་ཀར་མོ་བརྒྱལ། ~~ལྷ་~~ གཅིག་ལ་གསུམ་འཇུག་ས་  
 ལ་ལྷུང་། འདུ་དབལ་རི་ནམ་སྒོ་ཆོ་ཡིན། འདུ་དབལ་ཁ་བརྒྱད་སྒོ་ཆོ་འད་  
 ཟེར། ཡོད་ཁམས་ལྷ་ཡི་དབལ་དེ་ཡིན། ཡེ་གཤེན་པོན་གྱི་ཁ་འཛིན་ཡིན། །  
 ཤེལ་གྱི་འབྲུག་རྟ་སྒོན་པོ་ཡིན། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བབ་ཆོག་ཡིན། ཆོབ་ཆེན་  
 བད་པའི་མོ་ལ་ངན། རྟེ་ཡི་སྒོ་དེ་རྩོད་དུ་སོང་། འདུ་དབལ་རང་ནམ་རྩོད་  
 རྟིག་ཡིན། གཤེན་རྩེ་མིག་པ་གཡག་མགོ་ཡིན། གཤེན་རྩེ་ཡོངས་ཀྱི་གྲོལ་  
 སྤྲུག་ཡིན། ~~ལྷ་~~ ཐིག་བཞི་སྤྲུད་ལྷ་ལྷུང་འབྲེལ། སྒོ་ཆོ་གསལ་དུང་འོད་  
 དཀར་རམ། སྒོ་ཆོ་གསལ་དུང་འབྲེལ་བ་ཟེར། ~~ལྷ་~~ གཅིག་ལ་གསུམ་  
 འཇུག་གསུམ་པོ་འད་སྒྲེལ། གསལ་དུང་དུངས་མ་འཇུག་ཤེས་ཟེར། ~~ལྷ་~~  
 ཐིག་བཞི་ལྷ་གས་ཐག་ལྷུང་འབྲེལ་ན། གྲེ་བ་རང་ནམ་སྒོ་ཆོ་འམ། གྲེ་བ་  
 སད་གྱི་སྒོ་ཆོ་ཟེར། འདུ་སྒྲའི་མཆོལ་བུ་སྒྲུ་ཤེས་ཡིན། མཐུ་ཆེན་ཐེང་མའི་  
 ཞོན་རྟ་ཡིན། འདུ་གྱི་རྩོད་འཇུང་བཅོམ་མི་ཡིན། འདུ་སྒྲའི་གནས་མལ་  
 གསུམ་བབས་ན། ཐེང་མ་རང་ཡུལ་འཛིན་མི་ཡིན། བྱིས་པ་ཤོར་དུ་མི་རུང་  
 རོ་། སྒོ་བརྒྱལ་བ་བེར་རྒྱུ་མེ་སྟོད་ཡིན། ཐེང་མའི་གྱི་ལིང་ཤིང་ཡིན། །  
 ལྷག་པར་རྟ་ཡི་མོ་ལ་ངན། ~~ལྷ་~~ གྲེ་བ་རྩོད་སྒོན་སྒོ་ཆོ་འདི། ལྷ་བརྒྱུན་  
 གྱི་བརྒྱལ་བ་ཡིན། ཤི་རོ་རྟ་ལ་བཀལ་ངོ་ཡིན། སྒོག་པས་རྟ་ཁག་རྩོན་མོ་  
 ཟོས། སྒོག་པ་དུག་པས་བྱ་བརྒྱ་འཇུང་། ~~ལྷ་~~ སུ་ཡི་ཐིག་སྤུམ་ཚུགས་  
 འབྲེལ། རྟེ་གང་རུང་གཅིག་ནང་སྤྲུག་གཅིག་འཇུག། གྲེ་བ་སྤུམ་བརྒྱད་



སྒྲོ་ཆེ་ཡིན། །འདི་ནམས་རྩྱུང་དུ་སོང་བ་ན། །ཀྱེ་བ་རྩྱུང་སྒྲོ་ཆེ་སྒྲོགས། །  
 མིང་གི་བསྐྱར་ཚུལ་ཤེས་པར་བྱ། །བརྒྱུག་དང་རྩྱུང་རིགས་མ་བཅིས་པའི། །  
 སྒྲོ་ཆེ་ཅུ་བའི་མདུད་པ་ནི། །དགུ་པོ་དེ་ལ་སྒྲོ་ཆེ་ནི། །ཤིང་ལོ་དགུ་འགྱུར་ཞེས་  
 སྟབ་ཞེད། །དེ་སྒྲོགས་ཞིབ་པར་བྱེ་བ་ན། །མདུད་པའི་བྱེ་བྲག་ཆེས་མང་ཡང་། །  
 སོ་སའི་རིགས་དང་བརྒྱུག་ཚུལ་བཅས། །ལན་ཚུན་སྦྱར་ན་མཐའ་དཔོག་ལུས། །  
 དེ་བྱིར་སྐབས་གཞན་དག་ཏུ་ཡང་། །དེ་དང་འདྲ་བར་ཤེས་བྱས་ནས། །མཐའ་  
 མེད་མོ་མདུད་རྒྱ་མཚོའི་མཛིང་། །ནམ་དབྱེད་གྲུ་ཡིས་བཀལ་བར་བྱོས། །  
 རྩྱུང་རིགས་སྒྲོ་བརྒྱུག་མ་གཏོགས་པའི། །སྒྲོ་ཆེ་འདི་ནམས་དྲངས་མ་ཡིན། །  
 རང་སྐྱམས་སྟུ་བཤས་ན་བཟང་། །རྩྱུང་རིགས་སྒྲོ་ཆེ་གང་ཡང་ཅུང་། །གཅིག་  
 ལ་རྩེ་རྒྱལ་དགུང་དུ་གཤེགས། །ལ་རྒན་བྱ་ཡིས་བསད་དོ་ཡིན། །གཉིས་ལ་  
 བྱིམ་མཆོས་མི་གཅིག་འཆི། །ཡང་ན་བྲན་གྱིས་རྩེ་པོ་གསོད། །གསུམ་ལ་བྱ་  
 ཆོའཆི་བའམ། །ཁྱུ་པོས་ཆོ་བོ་བསད་དོ་ཡིན། །བཞི་རྩེ་གསེབ་གྱིས་གསོད་  
 བའམ། །བུ་མོ་ཨ་མས་བསད་དོ་ཡིན། །ལྷ་ལ་དག་མཁར་ཐོག་གིས་བཤིག་ །  
 ལུ་སྒྲིང་མག་པ་ཤི་དོ་ཡིན། །དུག་མཛོ་མས་བདག་མོ་གསོད་པ་དང་། །རྒྱན་  
 མས་ཆེན་མ་གསོད་དོ་ཡིན། །བདུན་རང་མཚོན་རང་ལ་ལྷག་བའམ། །ལ་  
 སྦྱན་ནང་དམེ་བྱེད་དོ་ཡིན། །བརྒྱད་མཐུ་པོ་ཆེ་ལ་དམ་ལོག་དང་། །དབང་  
 པོ་ཆེ་ལ་སྒྲོ་ལོར་འབྱུང་། །དགུ་ཞང་པོས་ཆོ་བོ་བསད་བའམ། །ལེ་ལྷན་དམ་  
 ལོག་བྱེད་པའི་དོ། །བཅུ་ཆེན་མས་རྒྱན་མ་གསོད་བའམ། །ཡང་ན་གཡུང་

རྩུང་རྩུང་རྩུ་འཆི། །བརྩུག་ཅིག་དག་སྒྲུལ་རང་ཉིད་གསོད། །ཡང་ན་པ་སྒྲུན་  
 བང་དཔེ་འབྱུང་། །བརྩུག་ཉིས་བྱང་གི་དག་བགེགས་སྤང་། །ཡང་ན་ཡེ་ངམ་  
 འབྲུགས་ཚོད་དར། །བརྩུག་སྒྲུལ་མི་ཆེན་རྩུང་རྩུ་ལྷགས། །ཅི་བྱལ་ཀུན་ལ་  
 ངན་པ་ཡིན། །འོད་གི་ད་ལོག་སྒྲོ་ཆེའི་རིགས། །བྱ་བརྒྱག་བྱང་ན་བཟང་བ་  
 ཡིན། །དེ་ལྟར་སྒྲོ་ཆོ་རྩ་བ་ཡི། །མདུད་པའི་ལན་གྱི་དབྱེད་པ་ལ། །སྒྲོ་ཆེའི་  
 ལན་རྩུ་དིང་དིང་ན། །ཅུན་སྤོང་པོ་གནམ་རྩུ་མཐོ། །སྒྲིབ་དིང་ཤིང་མགོ་རྩོ་  
 ཡིས་མནན། །གལ་བར་གནམ་ས་ཀ་གདུང་འགྲིག། །བྱ་ཡུན་ཆོད་པོ་ཤིང་  
 ཅིར་ཐོན། །བྱ་བྱར་གྱི་ལིང་སྒྲུབ་རྩུ་བརྩུག། །སྒྲུ་ས་ཆོད་སྒྲུག་འདབ་གསོག་  
 རྒྱས། །མཆོའི་ཤིང་ལ་མདུང་མོ་གྲུབ། །སྒྲོ་ཆེ་ཅུན་ཤིང་ལ་ཤིང་སྒྲུབ་འབྱུངས། །  
 དམུད་ག་ཤིང་ཆེན་བྱང་པོར་སྒྲིམ། །ཤིང་ལོ་དག་འབྱུར་འདི་ལ་བརྟེན། །འགོ་  
 འདོད་ལྷགས་ལ་བརྩུག་པ་ཡིན། །སྒྲིང་དཀར་ཀ་བས་གདུང་མ་མཐོག་དན། །  
 ཆོལ་ཆེ་མ་ཞིང་ཡག་པའི་མོ། །ལྷགས་ཀྱིས་ཤིང་བྲེག་རོ་ཡང་ཡིན། །བྱུང་  
 བརྒྱད་ཤིང་ཅིར་ཕྱོད་གསུང་སྒྲོན་སྒྲོགས། །ཨ་ཁད་མེ་འབར་ཁ་ལ་ཤིང་བསྒྲུན་  
 བཟང་། །རང་སྒྲུན་ནགས་ལ་ཁུ་བྱུག་གསུམ། །སྤང་བེ་ཤིང་ལ་སྒྲུན་འབྲས་  
 འབྱུངས། །འོད་སྤུང་དགོ་བ་མ་བྱ་འགོགས། །སྒྲིས་བྱུང་རྒྱག་མཁྱོགས་པ་  
 ཡིན། །སེ་སྤོད་གཉན་ནད་སེར་ལྟར་འཕྲོར། །ཞི་བྱར་ཤིང་ལ་བྱ་ཆང་ཡག །  
 ཡར་ཞིང་ཤིང་ལོ་ཡར་ལ་རྒྱས། །སྒྲུལ་མཉམ་དགོ་ལམ་བྱི་ཡིས་འཕྲོག། །ཅི་  
 ར་གཡུ་བྱག་ཅི་རྒྱལ་མཐོ། །གཡུང་བྱང་རྩུ་ལ་བྲེས་རབ་ཅིགས། །ཁྱེ་བ་རྩུ་

ཁ་དང་གིས་བརྒྱལ། །ད་རོག་གིང་ལ་གསེར་ཅི་ཡག། །དུ་དབལ་ག་ཤེན་  
 རབ་དེུ་ཆུང་སྟན། །སྒྲུལ་སྒྲོན་གསེར་བྱ་འདམ་ལ་བཟུང་། །བྱ་རལ་གིང་  
 སྒྲོང་སྟ་རེས་བཅད། །ཡི་ཡན་གིང་ཆེན་རྒྱུད་གིས་བསྒྲོད། །བ་དཀར་འོ་མ་  
 སྒྲུལ་བ་ཡིན། །མར་མིང་གི་ལིང་སྒྲོགས་སུ་ཆུད། །སྒྲོ་བར་མི་ནད་རྟ་ནད་  
 ལྷག་བར་དར། །སྒྲོ་མདོང་བུ་ཡི་ལན་དུ་ཁ་བྱུར་ན། །གསེར་ལ་ཐང་མ་རེད་  
 བ་ཡིན། །ཐིས་བ་གཅིག་གི་མོ་ལ་ངན། །གཏོ་ལ་ག་ཏོག་གསེར་གསུམ་  
 འདོན། །སྒྲོ་བར་སྒྲོ་བརྒྱལ་གིང་ཆེན་ཐང་དུ་འབྱེལ། །སོ་ཡོན་གྱི་ལིང་འདམ་  
 དུ་ཆུད། །རུ་ཡོད་གིང་ལོ་སང་གིས་ཁྱེད། །མ་ཟེ་རྒྱ་གིང་འབྲུ་ཡིས་ཟོས། །  
 བ་འབན་རྟ་མོ་རྩོ་ཡིས་ཟེན། །འོང་རིགས་གིང་ཆེན་སྒྲིད་ནས་ཆད། །བྲག་  
 རིགས་གིང་ནགས་མཐའ་ནས་སྒྲུལ། །ཐིག་གུ་གཅིག་ནི་ཁོག་ལ་  
 འཇུས། །དུ་དག་ཅེས་སུ་བྱ་བ་སྟེ། །དུ་ཐག་དག་སྒྲུའི་དབའ་ཐག་ཡིན། །  
 རལ་བ་རྒྱལ་གྱི་དུ་བ་སྒྲུད་ཡིན། །ཁོ་མདུད་བ་སྒྲུལ་བརྒྱུད་ག་ཅུ་ལ། །རྩི་འཇུམ་  
 བརྒྱུད་ག་ཅུ་ཡོད། །ཤེས་ན་མདུད་བ་འདི་ལ་ཆང་། །རྒྱལ་པོ་གསུམ་གྱི་ཡ་  
 གུ་ལ་ནི། །བདགས་བའི་རྒྱལ་པོ་དུ་དག་ཡིན། །སྒྲུག་དང་པོར་སྒྲེས་བའི་  
 ཅི་མོ་ཡིན། །སྒྲོད་དུ་བབས་ན་སྒྲུ་སྒྲུག་ཡིན། །བར་དུ་བབས་ན་ཐང་གིང་  
 ཡིན། །སྒྲུད་དུ་མིང་སྒྲིན་མ་ཡིན། །ཡང་ཁྱེས་སྟེ་བྲག་དཀར་པོ་ཡིན། །  
 ཁྱེས་པོ་འཇའ་ཆོན་ལྷེམ་བ་ཡིན། །ལ་ནི་གསེར་གིང་སེར་པོ་ཡིན། །མ་ནི་  
 གཡུ་ཡི་ནེུག་སིང་ཡིན། །བུ་རང་ཉིད་སྒྲ་དཀར་ལྷེམ་པོ་ཡིན། །རལ་བ་སྒྲུབས་

སྤྱད་མི་དེ། །དུ་ཐག་དུང་སྤྱད་དཀར་པོ་ཡིན། །ཆད་པ་རྣམས་ཀྱི་མཐུད་  
མ་ཡིན། །ཁོར་བ་རྣམས་ཀྱི་ལུང་ཐག་ཡིན། །ཁོར་ལྷགས་རྣམས་ཀྱི་སྒྲ་ཐག་  
ཡིན། །མདོ་བ་རྟ་ཡི་སྒྲ་བ་མདའ་ཡིན། །ཁོ་མཆོན་རྣམས་ཀྱི་ཡུ་བ་ཡིན། །  
འཐོར་བ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱད་མ་ཡིན། །མི་གུངས་འཕེལ་བའི་སྒྲེ་ཤིང་ཡིན། །ཁ་  
དག་བསེལ་རྒྱ་གཅིག་ཡིན། །ཡང་དག་བསེལ་མ་ཡིན་ཏེ། །ཤིང་ལས་སྒྲེས་  
བའི་བསེལ་ཡིན། །བསྐལ་བ་དུས་ཀྱི་ལྷག་བ་ལ། །ཤིང་ཆེན་ཁ་ལ་སྤྱང་  
འབུམས་སོགས། །མིང་དག་མཆོན་དགུར་གྲགས་བ་ཡིན། །མོ་མདུད་སྐུ་  
བརྒྱ་དྲག་ཅུ་དེ། །རྫི་ལུ་གཅིག་ཤུ་འདི་ལ་བརྟེན། །ཆོ་འཛིན་གཡང་གི་རྟོད་  
ལུང་ཡིན། །དཔག་བསམ་ཤིང་གི་སྤོང་པོ་ཡིན། །ལུ་མེན་སྤོང་པོ་མཐིང་ག་  
ལ། །ནག་པོ་ལྷགས་ཀྱི་རྩ་མ་བརྟན། །དམར་པོ་བྱེ་རུའི་ཡལ་ག་དོད། །  
ལུང་གྲུ་གཡུ་ཡི་ལོ་འདབ་རྒྱས། །སེར་པོ་གསེར་གྱི་མེ་ཏོག་མཛེས། །སྒྲུག་  
པོ་མཆོང་གི་འབྲས་བུས་བརྒྱན། །དཀར་པོ་དུང་གི་བྱིལ་བ་ཆགས། །འདོད་  
དག་འཕྱང་བའི་དངོས་གྲུབ་ཡོད། །རྩ་བ་སྒྲུ་རྒྱལ་གཙུག་གིས་འདུད། །སྒྲིད་  
བ་ལེ་སྒྲོན་མི་གུངས་གྲོལ། །རྩེ་ལྷ་ཆེན་འོད་ལྡན་ཕྱག་གིས་བརྟེན། །ཁྱེ་བ་  
བཟང་པོ་ར་དང་ཆད། །ཐོག་ཤུ་བཟང་པོ་ལི་དང་རྒྱན། །ཤུན་བ་བཟང་པོ་  
དར་དང་ཟབ། །ལྷ་ཁང་བཀྲག་བའི་ཀ་བ་ཡིན། །གསེར་ཁང་བཀྲག་བའི་  
གཤུང་ཆེན་ཡིན། །སྒྲེལ་ཏུ་མཐུན་པའི་བཞུགས་གནས་ཡིན། །ཤིང་དང་པོར་  
སྒྲིས་བ་དུ་དག་ལ། །འཕྲོག་པོར་སྒྲིས་བ་རྟོང་དམར་ཡིན། །བཟུར་པོར་

སྒྲིམ་པ་སྒྲོ་བར་ཡིན། ཡོ་བོར་སྒྲིམ་པ་སྒྲོ་ཡོ་ཡིན། སྒྲིམ་འདི་ཙ་བ་བརྟན་  
 པའི་གིང་། སྒྲོ་ཆོ་ལོ་མ་རྒྱས་པའི་གིང་། བྱུང་བརྟུན་ནམ་མཁའ་གཙོད་  
 པའི་གིང་། འདི་དམུ་དག་མ་ཡིན་དམུས་བཏགས་ཡིན། ཁང་པོ་དམུ་ཡིས་  
 བཏགས་པས་དམུ་བཏགས་ཟེར། སྒྲོང་གསུམ་རྒྱུད་གསུམ་འབྲུངས་ས་ཡིན། །  
 རིགས་ལྷན་གྱི་དགས་སྒྲོ་དོ་ཡིན། མི་གཅིག་ལྟ་ལ་སྒྲུབས་པ་ཡིན། ཏྲ་གཅིག་  
 བྲེས་ན་འཆོར་བ་ཡིན། སྒྲོན་པའི་ཡུལ་དཔོན་རྒྱལ་པོ་ཡིན། ཁས་དྲག་  
 བསེལ་རུ་གཅིག་འདི། ར་ཅེ་སྤྱི་པའི་ཅེ་དང་མཉམ། ཁབས་ཀྱིས་འབྲུང་  
 པའི་མཐའ་མ་མནན། ཏང་པོ་ཨ་ཡི་སྒྲུ་དང་མཉམ། བར་དུ་རྒྱུད་གི་དང་  
 དང་མཚུངས། དེ་ནས་མི་ལུས་སྒྲུལ་པ་ཅན། སྒྲུ་གསུམ་འདུས་པའི་བསེལ་  
 ཡིན། སྒྲུམ་བརྒྱ་དྲུག་རྩེའི་འཐོན་ཐག་ཡིན། ཁྱིའི་དེད་པལ་གྱི་དྲ་བ་རྣམས། །  
 སྒྲུད་པའི་ཁ་ཤད་དམུ་དག་ཡིན། ཁྲི་བུར་བྲ་ཁྲོད་འཐོགས་པ་ལ། འཛོན་  
 པའི་ཨག་ཐག་དམུ་དག་ཡིན། ཁང་རིགས་སྒྲུང་རྟུར་འཆུབས་པ་ལ། འཛོན་  
 པའི་འགྲུ་གྲུ་དམུ་དག་ཡིན། བྱ་རལ་ཕྱེ་ཞིག་ལང་བ་དེ། རལ་པའི་དུབ་སྒྲུད་  
 དམུ་དག་ཡིན། བྲག་ནག་ཤ་རུ་འཛོང་བ་ལ། གསེར་གྱི་འཛོར་བྱ་དམུ་དག་  
 ཡིན། བརྒྱག་རིགས་རྣམས་དང་ཐུག་ཅུམ་ན། བྲ་ཁྲོད་སྒྲི་ལ་ཟེན་པ་ཡིན། །  
 བྲག་རིགས་རྣམས་དང་ཐུག་ཅུམ་ན། བྲི་ཁྲོད་རྩྱེད་ལ་བསྒྲོར་བ་ཡིན། འཐོར་  
 བ་རྣམས་དང་ཐུག་ཅུམ་ན། བརྒྱ་ལོན་པ་གཅིག་གི་སྒྲུལ་པ་ཡིན། འདི་ཡི་  
 འདོགས་ལུགས་དབྱེད་པ་ན། ཉིན་དུ་བཏགས་པ་ལྟ་ཡི་ངོ་། སྤྱི་བོ་སྒྲོ་

ཐོགས་སུ་བཏགས་པ་འདྲེ་ཡི་ངོ་། །དཀྱིལ་དུ་བཏགས་པ་མི་ཡི་ངོ་། །བརྒྱག་  
 ཁ་མི་བ་དུ་བཅས་པ་ལ། །བཏགས་པ་ཉིན་དུ་བྱུང་བ་ན། །གོགས་ལེན་ཡིན་  
 བས་བཟང་བར་བཤད། །བརློག་ན་ནང་གོགས་ཐུར་ཤོར་ངན། །ཁ་ཚོ་མུ་  
 ས་བྱ་ཡུན་སོགས། །བཏགས་པ་ཀུན་ལ་དེ་ཡིས་འགོ། །ཐིག་མཁའ་མགོར་  
 གོན་བན། །དམུ་དག་བྱང་ཤིང་ལྷེམ་བ་ཟེར། །ལ་ལས་ནམ་མཁའི་ཁྱུང་སྒྲེབ་  
 ཟེར། །དེ་འོག་གཉིས་པར་གོན་བན། །དག་སྒྲུའི་དཔལ་ཐག་ཁ་ཐོ་ཟེར། །  
 ལ་ལས་རྒྱུད་པོ་བྲག་རྩེ་བ་ཟེར། །ཁོ་ལྷ་རྣམས་ཀྱི་མདངས་ཞིག་ཡིན། །ཐེར་  
 མ་རྣམས་ཀྱི་འོད་ཞིག་ཡིན། །མདངས་འོད་ཅན་གྱི་ཐེར་མ་ཡིན། །གསུམ་པར་  
 བྲག་རྒྱུང་པོ་ཐོག་དུང་ཐོད་ཟེར། །ལ་ལས་སེང་གི་གངས་རྩེ་བ་ཟེར། །བཞི་པར་  
 གོན་ན་དཔའ་མཚན་ཡིན། །རྟག་མོ་ནག་རྩེ་བ་ཅེས་ཀྱང་བྱ། །ལྷར་གོན་དམུ་  
 དག་སྒྲོམ་བྱ་ཡིན། །སྒྲོམ་བྱ་རྩེ་བ་ཅེས་ཀྱང་ཟེར། །རྒྱ་མ་རྒྱ་མ་བཟང་བར་  
 འདོད། །ལར་དམུ་དག་རྒྱལ་བྱ་མཐིང་གི་ཡིན། །འདི་གཅིག་གི་སྟེང་དུ་བབས་  
 པ་ན། །མུ་ལེ་གྲུམ་ཤིང་རྩྭ་ས་པ་ཡིན། །ས་འོག་ནས་འབྱུ་མགོ་ཐོན་ཡིན། །  
 རྒྱལ་པོ་གསེར་ཁྲིའི་ཁ་ན་བདེ། །མི་འཕེལ་ནས་འཕེལ་མང་བ་ཡིན། །ཅི་  
 བཏབ་ཅི་ཡི་མོ་ལ་བཟང། །ཁར་འགོའི་མོ་ལ་ཤོ་ལ་ངོ་ཡིན། །དབྱར་གྱི་ཚད་  
 པ་ཞག་གསུམ་ནང། །བར་ཉག་གཅིག་འབྲུག་གིས་བཟུང། །ཡང་དག་བརྒྱག་  
 གཅིག་བཅས་པ་ན། །ཤིང་ལ་འབྲས་བུ་སྒྲིན་བ་ཡིན། །ཅི་བཏབ་ཅི་ལ་བཟང་  
 བ་ཡིན། །གཉིས་མི་རྒྱུད་རྩད་ནས་མ་ཆད་ཅིང་། །གཤིན་པོ་དུར་གནས་བདེ་

བ་ཡིན། །སྤྱི་ནང་ཟམ་སོ་མ་ཆད་པའི། །ཁ་སྒྲུལ་གྱི་དགའི་མེད་པ་ཡིན། །  
 བརྒྱུག་ན་ལྟ་བུ་ན་གང་བཟང་གཅིག་གི་ཤོགས། །གསུམ་ལ་རྒྱལ་བུ་མཐིང་  
 གི་བ་ཁོག་རྒྱ། །ཁྱུང་ལུང་དཔུལ་མཁར་གྱི་ཀ་བ་ཚུགས། །མིད་གྱི་ཚུ་མིག་  
 རྩོལ་བ་ཡིན། །ཚུང་གསུམ་ཆེ་ཡི་དུ་ཐག་ཡིན། །མི་མཐའ་མཐའ་ནས་དར་  
 བ་ཡིན། །ཁྱིམ་གསར་ཐུབ་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །བག་མ་སོ་མའི་འཕེལ་ཁ་  
 ཡིན། །བརྒྱུག་བཟང་མིད་ཁ་བུ་རུ་སྒྲེ། །ཁོག་བརྒྱུག་བུ་མོར་སྒྲེ་བ་ཡིན། །  
 བཞི་སྒྲུ་ཤིང་ལོ་འབྲས་རྒྱས་པ་དང་། །གཡང་ཐག་འབྲི་གདང་རྒྱན་མི་འཆད། །  
 མ་སྒྲོམ་རའི་མགོ་ཡི་ལྟ་ཆབ་ཡིན། །མི་མི་འཆི་བ་ཡི་རྩི་ཡིན། །ལྟ་རུ་གར་  
 བས་སྒྲུ་མོ་འགོ་ །ནད་པ་ཆབ་ཆེན་མོ་ལ་བཟང་། །གཅིག་རྒྱ་འཕར་ལྟང་མེད་  
 བ་དེས། །བརྒྱུག་བཟང་སྒྲུ་ཁོར་མི་ལ་བྱིན། །ལྟ་བོར་ཚུང་ཡང་རྟག་སྒྲུག་ཁྱིས་  
 མི་ཐུབ། །རོད་དན་ཡང་པ་ཆོན་མིས་མི་ཐུབ། །ཕྱ་ཡང་ལྷགས་ཐག་གིས་མི་  
 ཆོད། །བྱུར་གྱི་ཐག་པ་བདགས་པ་ཡིན། །ཁ་མཚུལ་བརྟེན་ལང་དོགས་ཡོད། །  
 བརྒྱུག་གཅིག་སོང་ན་དེས་པར་ཡིན། །དག་ཆོས་དང་ནི་དག་མནན་བྱ། །  
 ར་མདའ་རྗེས་གཅིད་བྱེད་ན་བཟང་། །དུག་ཡབ་ལྟ་བདལ་དུག་པ་ཁོག་རྒྱ། །  
 ཁྱུང་ལུང་དཔུལ་མཁར་གྱི་ཀ་བ་ཚུགས། །མིད་ལྟ་གཅིག་ལ་བབས་ན་བཟང་། །  
 གསལ་བའི་མེ་ལོང་འཆོགས་པ་ལ། །དར་ཆོན་སྒྲུ་ལྟས་བརྒྱན་པ་ཡིན། །ཁུ་  
 མོ་གཅིག་གི་སྒྲུ་མདུད་ཡིན། །སྒྲེས་ཁྱོ་གའི་སྒྲོ་ཁ་ནག་མོས་བསྐྱར། །མིང་  
 བོ་བས་ཀྱང་མིང་མོ་རྟོད། །མ་ལས་སྒྲུ་མོ་བུམས་པ་ཡིན། །རང་ལུལ་བས་

ཀྱང་མི་ཡུལ་སྤྱིད། །དབུལ་པོ་གཅིག་གི་མོ་ལ་བཟང་། །བཞོར་བདུན་ལ་  
མགོ་ཐག་བྱེད། །བརྒྱག་བཟང་གསེར་ལ་གཡུས་སྒྲིས་ཡིན། །བདུན་ཡལ་  
ལྷ་ཆོ་ཡི་དུ་ཐག་ཡིན། །ཆོ་རིང་ནད་མེད་སྤུན་སྤུམ་ཆོག་ས། །བར་ཆད་མེད་  
ལ་འདྲེ་སྤོན་བྱམས། །མདོ་བ་རྟ་ཡི་སྤལ་མདའ་ཚུད། །རྟ་བྲེས་རྟ་ཡི་གང་རོ་  
ཡིན། །བརྒྱག་ན་ལོ་བརྒྱ་སྤལ་བའི་རྩི་ཡིན། །བརྒྱད་བྲག་སྒྲིམ་ལོགས་ལ་  
གིང་དུག་སྤྱེས། །དབུལ་པོ་ཞོར་མེད་སྤྱུག་པོར་འགྱུར། །སངས་རྒྱས་ཆོས་  
ཀྱི་གདན་ཁྲི་ཡུ། །བྱང་ཆུབ་གིང་གི་ལོ་འདབ་རྒྱས། །བདུ་འབྱུང་གནས་སྒྲོམ་  
ཁང་དུ། །མཁའ་འགོ་སྡེ་ལྷས་ཆོག་ས་འཁོར་བསྒྲོར། །བརྒྱག་བཟང་བསྟན་པ་  
མི་འགྱུར་རྩི་ཡིན། །དགུ་པོན་གྱི་གསས་མདའ་བྲག་ལ་བཅུག་ས། །ལེའུ་  
ལྷ་ཡིས་སྤྱང་བར་བྱེད། །གཙུག་ལག་ཁང་ཆེན་སྒྲོག་པོ་ནས། །གདོན་དུ་དམ་  
སྤྱི་གཉིས་བསྐྱོངས་གཞོད། །ཡང་དག་བརྒྱག་གཅིག་བཅས་པ་ན། །དམ་སྤྱིའི་  
ཁ་དེ་ཐག་པས་བཅིང་། །གཏོ་ཅི་བྱས་ལམ་དུ་འགོ་རོ་ཡིན། །བཅུ་ཡེ་སྒྲོན་  
རྒྱལ་མོའི་བཞོག་རྒྱ། །རིན་པོ་ཆེ་ཡི་ཀ་བ་ཚུགས། །མི་རབས་འཕེལ་ཁ་ཆེ་  
བ་ཡིན། །འཕམ་པོའི་བུ་ལ་སྤྱེ་བ་བཟང་། །ཁྱིམ་ས་འདྲེ་ལ་མི་འཆོར་ཁིང་། །  
ཡུལ་མཁར་རང་གིས་ཟེན་བ་ཡིན། །གཤོང་ཁིང་མི་ལ་མི་འཆོར་རོ། །བརྒྱག་  
བཟང་མི་ཞོར་རྩུས་གསུམ་འཕེལ། །བཅུ་གཅིག་དག་སྤྱིའི་དཔའ་མདུང་ལ། །  
དར་སྒྲིལ་ལྷ་ཡི་བ་དན་བདག་ས། །ཡོད་རི་དེལ་དཀར་རྩེ་ལ་བཅུག་ས། །དུ་  
ཐག་ལྷ་ཡི་ཆོ་མདའ་ཡིན། །སྤོང་གོགས་དཔལ་གྱིས་བྱེད་བ་ཡིན། །དག་ཕུ་



མིང་ཕུ་ཀུན་ལ་བཟང་། །བུ་སྐྱེ་ཏུ་མགྲོགས་ནད་པ་སོས། །བརྒྱུག་བཟང་ལྗོན་  
 ཤིང་ལོ་འདབ་རྒྱས། །བརྩ་གཉིས་མུ་ངན་མདུན་ལྷ་གྲོན། །བྱུང་གི་ཐག་པ་  
 བདག་ས་པ་ཡིན། །དབྲུ་དག་པོ་ཐད་དུ་རྒྱུག་པ་དང་། །མི་དམར་པོ་གྲང་ཡུ་འཁོར་  
 བ་ཡིན། །རྟ་དམར་པོ་སྒྲོག་ཏུ་བརྩུག་པ་ཡིན། །བརྒྱུག་ཁ་བཟང་ན་ལྷག་པར་  
 དན། །ལུས་བསྐྱར་བྱ་ཁིང་ཆེ་མདོ་སྒྲོགས། །སྒྲིས་པ་སྤྱ་ཆེ་ཉམས་བས་ན། །  
 སྤྱ་བསྐྱར་འཆི་བསྐྱར་ཉེ་འདོན་དང་། །ཆེ་ཐར་བྱ་ཁིང་ཆེ་མདོ་འདོན། །ལུས་བརྩེ་  
 མིང་བསྐྱར་སྒྲོམ་པ་ལྷ། །དུམ་དག་སྒྲོ་བརྒྱུག་དབྲུ་མེད་ཡིན། །བརྩ་གསུམ་  
 ལྷེད་གི་དུམ་དག་ནི། །ལུས་ཀྱི་རྩ་གནས་སོ་སོར་བདེ། །འབྱུང་བ་རྒྱས་ཤིང་  
 ཁོག་མི་འབྲུག་ཁ་བ་དྲོད་ཀྱི་བརྩད་མ་ཤོད། །ནམ་མཁའ་སྒྲོང་པའི་སྒྲོང་  
 ཡངས་ནས། །འདོད་གསལ་ཉེ་རྒྱ་བཀྲག་མ་ཡལ། །འདོད་གསུམ་འདོད་ཀྱི་  
 ལ་ཁན། །འདོད་པའི་བརྒན་སྒྲ་ནས་ཟེན། །ཅི་བསམ་ལག་ཏུ་འོང་ངོ་ཡིན། །  
 ད་དག་བརྒྱུག་གཅིག་བཅས་པ་ན། །ལོ་ནི་བརྩ་གསུམ་ཚུན་ཆད་དུ། །བརྟན་  
 པ་མི་འགྱུར་རྩི་ལྷེན། །འབྱུང་བ་ཤིང་གི་ཐོག་གྲུ་དེ། །དཔག་བསམ་ཤིང་  
 གི་རྩེ་ལ་སྒྲེས། །རྣམ་རྒྱལ་ཁང་བཟང་འདྲ་བ་ཡི། །ལ་ཤུལ་བུ་ཡི་ཟེན་པ་ཡིན། །  
 མི་མཆོག་རྒྱལ་བུ་དག་དོན་དེས། །རྟ་མཆོག་དང་པ་བསྐྱགས་ལྷན་ཆེབས། །  
 ལས་ཅི་བྱས་ལམ་དུ་འགྲོ་བ་ཡིན། །སྒྲིས་བུའི་སྒྲོ་ཁ་མདའ་ཡིས་དྲང་། །ས་  
 འོག་ཞབས་ནས་ཁོར་བུ་ཐོན། །དབྲུ་ཡི་ལག་ནས་ཟས་ཁོར་ལོན། །བདུད་  
 ཀྱི་ལག་ནས་ཆེ་སྒྲོག་ཐོབ། །གསེར་མིའི་སྒྲོང་དུ་རྒྱལ་པོ་བཞུགས། །ལ་ཐོད་

བཅིངས་པའི་རྒྱལ་ས་གཞོན། །དཔའ་མཁར་ཁ་ནས་དཔའ་དར་བཅུགས། །  
 ཅི་བྱལ་ཅི་ལ་བཟང་བ་ཡིན། །དྲར་མོ་གཅིག་ལ་ངན་བ་ཡིན། །དྲར་གཞུག་  
 ཐག་བ་བྱལ་ས་པས་དྲར་མི་འཆད། །~~འཆད་པའི་མཁར་ཅུང་བརྒྱག་སྤང་~~  
 བ། །དུ་དག་གསེར་སྒྲ་ཞེས་བའམ། །དུ་དག་ཆང་རྟ་དཀར་པོ་ཟེར། །  
 ཤར་སེང་གེ་དཀར་མོ་གཡུ་རལ་བརྒྱག་ །ཡང་ན་དྲུང་སྒྲོང་དཀར་པོ་ཟེར། །  
 དཀར་པོ་ལྟ་ཡི་ལྟ་ཐག་ཡིན། །འཛམ་གླིང་མི་ཡི་དུ་དག་ཡིན། །ནག་པོ་  
 དུ་ཡི་འཐེན་ཐག་ཡིན། །གཉིས་པ་བརྒྱག་ན་དུ་དག་ནི། །སྒྲེ་སྒྲོང་བ་  
 ཞེས་བའམ། །བྱང་རྟག་མོའི་ལུས་ལ་འཛམ་བྱུག་བརྒྱག་ །ཡང་ན་གསེར་  
 སྒྲོང་སེར་པོ་ཟེར། །བྱ་དཔའ་བོ་བརྒྱ་ཡི་གོ་ཐུབ་ཡིན། །འཕྲུ་དཀར་པོ་ཅན་  
 གྱི་མེར་མ་ཡིན། །ས་འོག་གསེར་རྩྭ་ཅི་བྱལ་བཟང་། །གསུམ་པར་བརྒྱག་  
 བ་གཡུ་སྒྲོང་སྒྲོན་མོའམ། །ཁུབ་གཟིག་ཆེན་ཐིག་ལེ་བརྒྱ་བརྒྱག་ །ཡང་ན་  
 དུ་དག་གླིང་བཞི་ཟེར། །ཁ་ཅིག་འཕྲོང་བྱ་དར་མར་འཕོད། །ཤིང་བྱ་གཡང་  
 འཕོད་སོགས་ལ་བཟང་། །བཞིར་བརྒྱག་སྒྲག་མོ་ཁ་ཆང་ངམ། །ལྟོ་དཀར་རི་  
 བང་མིག་བརྒྱག་ཅེས་ཀྱང་བྱ། །དུ་དག་གཡུ་ཡི་པོ་རོག་ཟེར། །ཡོངས་གྲགས་  
 སྒྲིན་སྒྲོང་དམར་པོ་ཡིན། །དུ་དག་ནང་གི་སྒྲིགས་མ་ཡིན། །སྒྲོ་བརྒྱག་སྒྲག་  
 མོ་ཁྲེལ་ཁུངས་སམ། །སྒྲིན་མོ་ཐག་བཤལ་ཞེས་ཀྱང་བྱ། །ཡང་ན་སྒྲིན་བྱ་  
 མཆུ་དམར་ཟེར། །དུ་ཐག་ནང་གི་སེ་རྩྭ་ཡིན། །བཟང་པོ་རང་ལ་མ་ཐན་  
 བ། །དུ་དག་གཤིན་རྩུ་བརྒྱལ་བ་ཡིན། །མི་རྩོར་འཐེལ་ཁ་འགག་ཐག་

ཡིན། ཤིང་གི་འཛེར་པ་ནག་པོ་ཡིན། ། ~~འཕུལ་གྱི་ཐུ་ཐིག་གི་དབྱེད་དོན་སྤང་གསལ་སྒྲོན་མེ།~~ བརྒྱུག་གར་ཡོད་དེ་རུ་བཏགས་  
 པ་ན། །དུ་དག་གསེར་གྱི་སྒྲ་འཇུ་ཟེར། །དུ་དག་བརྒྱུག་ཁ་འདོམ་པའི་  
 རིགས། །གཉིས་བརྒྱུག་གསུམ་བརྒྱུག་བཞི་བརྒྱུག་དང་། །ལྷ་ཀ་བརྒྱུག་པའི་  
 རྒྱུ་གངས་ལ། །གཉིས་བརྒྱུག་རིན་ཆེན་རྒྱུ་གཉིས་ཟེར། །དེ་ལ་བརྒྱུག་  
 རྒྱུ་ལ་བརྒྱུ་ཡོད་པ། །གསེར་སྒྲོང་གཡུ་སྒྲོང་གཉིས་འདོམ་ན། །གསེར་གཡུ་  
 རྒྱུ་ལ་བརྒྱུ་ཡོད་པ། །བཟང་ངན་མིང་འདོགས་རིག་པས་ཤེས། །གསུམ་  
 བརྒྱུག་རིན་ཆེན་རྒྱུ་གསུམ་ཟེར། །དེ་ལ་བརྒྱུག་རྒྱུ་ལ་བརྒྱུ་ཡོད་པ། །གསེར་  
 གཡུ་དུང་གསུམ་ཟེར་བ་སོགས། །བཟང་ངན་མིང་འདོགས་ཤོང་གིས་ཤེས། །  
 བཞི་བརྒྱུག་རིན་ཆེན་སྒྲ་བཞི་ཟེར། །དེ་ལ་ལྷ་ཡོད་ཤོང་བཞིན་ཤེས། །ལྷ་  
 བརྒྱུག་གཅིག་སྟེ་དེ་ཡི་མིང་། །དུ་དག་རིན་ཆེན་སྒྲ་ལྷ་ཟེར། །དུ་དག་  
 བརྒྱུག་ཁ་བཟང་པོའི་རིགས། །སྟོད་གསུམ་བཙན་ས་གར་བབས་གུང་། །  
 རོར་གྱི་གཡང་ར་མ་ཉམས་སོ། །བཞི་བརྒྱུག་བཙན་ཁྱིམ་གར་བབས་བཟང་། །  
 སྒྲོང་སྒྲོང་དང་མི་སྒྲོང་བརྒྱུག་གཉིས། །དག་གཞི་སྒྲོང་གསུམ་ཀུན་ལ་ངན། །  
 ཡ་མ་ནག་པོ་རྒྱུ་ལ་བཟང་། །ས་ཁམས་ནད་པའི་བདུད་ཆད་ཡིན། །དུ་  
 དག་སྒྲུ་གུར་བརྒྱུག་སོང་ན། །ཁེ་ཆ་ཟེར་ཏེ་དབྱིག་རིགས་ཡིན། །བསམ་པ་  
 སེམས་གྱི་རང་བཞིན་བརྒྱུག་ །ཤིང་ལོ་འདབ་ཁ་ཞག་ཉི་མ་བརྒྱུག་ །བཟང་  
 དག་ཐུབ་པར་དགའ་ཙམ་ཡིན། །དུ་དག་ལན་དུ་དྲིང་དྲིང་ན། །གནམ་གྱི་ཀ་  
 བརྒྱུགས་པ་ཡིན། །ས་ཡི་རྟེན་སྤུང་བརྟན་པ་ཡིན། །སྒྲིན་དྲིང་ཤིང་མགོ་རྟོ་

ཡིས་མནན། །གལ་བར་གནམ་ས་ཀ་གདུང་འགྲིག་ །མིད་བ་གཏོང་གི་ཐག་  
བ་ཡིན། །ཀ་བ་ཕྱ་མོས་གདུང་ཆེན་ཐེག་ །བྱ་ཡུན་ན་ནིང་བྱ་སྒྲོ་ཉག་གཅིག་  
དེ། །ད་ལོ་བྱ་སྒྲོ་ཆོང་གང་རེད། །བག་བྱ་མི་གངས་ལྷ་ཡིས་མཚོ། །བྱ་བུར་  
ལོ་གསུམ་མི་འཆི་རྗེའུ་ཡིན། །མུ་ས་དབག་བསམ་ལྡོམ་གིང་རྒྱས། །མུ་བྱ་  
ཁོད་འཕུ་ཚུགས་བ་ཡིན། །ཐ་ཆོ་བྱ་དབང་རྟ་མཁྱེགས་ཡིན། །སྒྲོ་ཆོ་རྟ་གཅིག་  
རྟ་བརྒྱར་འཕེལ། །ལྷག་ཕུན་ལོ་འདབ་རྒྱས་བ་ཡིན། །དམུ་དག་ལོ་གཅིག་  
སྤང་བའི་རྗེའུ་ཡིན། །དམུ་དག་སྒྲོ་བརྒྱག་མདའ་མོ་སྤྲོང་ནས་གས། །སྒྲུར་  
དཀར་ལྷ་ལྷུ་མ་སྒྲ་གནས་དར། །སྒྲུར་ནག་སྒྲ་ཐག་དག་ལ་ཤོར། །ཆོལ་ཆོ་  
རྒྱལ་བུ་དྲན་རྒྱ་སངས་བ་ཡིན། །ཆོལ་ཆོ་བུ་བརྒྱག་རྒྱལ་བའི་དྲན་རྒྱ་སངས། །  
ཁྱུང་བརྒྱད་གིང་ལ་ཁྱུང་ཆོང་བཅས། །ཨ་ཁད་སྒྲག་ཆེན་སྒྲིག་ལས་ཐར། །  
ཏུང་ཟེ་ཨ་ཁད་དོམ་བུ་མདའ་དང་འཕྲད། །ཁྱུང་ཁད་དྲུང་གིང་ཁ་ལ་གཉན་  
ཆེན་འཁྱོད། །རང་སྒྲན་རྒྱལ་བུ་སྒྲང་སྒྲན་འཕྲད། །སྤང་ཟེ་ལྡོམ་གིང་ལོ་འདབ་  
རྒྱས། །བྱོད་བུར་ལྷག་ལྷ་ལྷ་རྟན་ནས་བུད་བ་ཡིན། །དཀར་ཐོག་མུང་པོ་འཕེན་  
པོ་རེད། །ཁྱི་བུར་སྤིང་གི་དབལ་ཐག་ཆད། །ཡར་ཁྱིང་སྒྲེ་གིང་རྩེ་མོ་མཐོ། །  
སུམ་མཉམ་སྒྲོ་བྱི་གིང་ལ་བརྟེད། །ཅོར་སྒྲེ་གིང་མདའ་བས་དྲངས། །གཡུང་  
དྲུང་དམུ་དག་ལྷ་དང་འཕེལ། །ཁྱེ་བ་མི་ལོར་གཉིས་ཀ་འཕེལ། །ད་རོག་མི་  
གངས་འཕེལ་བའི་དག་སྒྲ་ཡིན། །དམུ་དབལ་གཤེན་ཁྱི་དག་སྤང་དར། །སྒྲུམ་  
སྒྲིན་ཐང་ཆབ་གིས་ཁྱེར་ཏེ་དན། །དམུ་དག་ལན་དུ་བྱ་རལ་ན། །ཡལ་ག་སྤྱ

རེས་བཅད་པ་ཡིན། །གཞན་མ་ཅི་ལ་ངན་ན་ཡང་། །ལམ་དེ་ལས་རིང་བ་  
 མེད་ན་ཡང་། །ཁྱི་ཡི་སྒོ་རུ་མ་སླེབ་བར། །འབྲུལ་བས་ལམ་སྒྲ་ཟིན་པ་ཡིན། །  
 སུང་བྱལ་མི་རྒྱུད་མཐའ་ནས་ཆད། །གྲོག་འདོན་ལམ་བསལ་སྒྲ་བྱེད་བྱེད། །  
 མི་ཁ་རྒྱས་འདེབས་དག་ཆོས་དང་། །འབྲུགས་འདྲེན་གཤམ་མོའི་རྒྱས་འདེགས་  
 བྱ། །ལེ་ཡན་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུར་སྒྲོན་པོ་ལང་། །དེའི་ངན་རིགས་གནམ་གྱི་  
 ཐེལ་མོས་བསྐྱུས། །མར་མིང་སྒྲེ་ཤིང་བྱར་དུ་གྲུག །སྒོ་བར་སྒྲབ་མདའ་དག་  
 ལ་ཤོར། །སྒོང་ཆན་གཅིག་གི་འབྲེལ་ཉེས་ཀྱིས། །སྒོང་གསུམ་མགོན་ལམ་  
 བཀག་ཀྱང་ཟེར། །སོ་ཡོན་སྒྲུལ་ལྷག་སྒྲང་ཁོངས་སྒྲ་ཤི་བ་ཡིན། །མི་ཡི་དམུ་  
 ཐག་བདུད་ཀྱིས་བཅད། །རུ་མོད་བ་སྒྲར་ཆེད་ནས་ཆད། །མ་ཟེ་ཤིང་ལོ་སད་  
 ཀྱིས་ཁྱེར། །ན་འབན་མི་ཡི་དམུ་ཐག་ཆེད་ནས་ཆད། །རྒྱང་རིགས་ཐང་ཤིང་  
 ཐབ་ཀྱིས་བསྐྱེལ། །སངས་རིགས་པ་ཡི་སྒྲ་ཐག་ཤོར། །བྲག་རིགས་གཡང་  
 ཝོར་བདུད་ཀྱིས་བརྒྱས། ~~མེད་པུ་ལྟོ་འབྲེལ་ཁོག་ལ་འཇུས།~~ །སྒྱུར་  
 དཀར་ཞེས་སྒྲ་གསལ་བ་སྟེ། །ཡེ་སྒྲོན་རྒྱལ་པོའི་རིང་ལ་བབས། །སྒྲ་པོ་ཤིང་  
 གི་སྒྲ་མདུད་ཡིན། །སྒྱུར་དཀར་ཡེ་སྒྲོན་རྒྱལ་པོ་འདི། །འོད་གསལ་ལྟ་ལས་  
 ཆད་པའི་སྒྲས། །མིང་པ་སྒྲ་རྒྱུ་མས་གྲོལ་བའི་གྲིང་། །ཟལ་མོ་འབྲི་ཡི་སྒྲ་མདུད་  
 ཡིན། །ཉུང་ན་མ་མེད་ཡིས་ལྷི། །མང་ན་ཡུལ་འདྲེན་འབྲུམས་པོ་ཡིན། །ཡང་  
 བ་སྒྱུར་གྱི་ཉ་ཆོང་འབྲུལ། །མདོ་བ་རྟོ་འོ་ཡིན་ཀྱང་སྟོང་། །བབས་ས་བ་ཁོག་  
 གསུམ་དུ་གཅེས། །སྒོག་སྒྲ་སྟོང་དུ་ཆོ་རིང་ཡིན། །འབྲུལ་འཆོར་ཆན་མོ་ལ་

ཁར་ཐོན། བཀྲ་ཤན་ནད་པ་ཡིན་ན་ངན། སྦྱིར་དཀར་ཡོད་ཀྱི་གཞི་མ་འདི། །  
 བརྟན་ལ་བསྐྱིད་བ་རི་དང་འདྲ། འཇམ་ལ་མཉེན་བ་མར་དང་འདྲ། འདལ་ལ་  
 འབྱེལ་བ་མཚོ་དང་འདྲ། རང་སར་ཁེར་བབས་བརྟན་ལ་ཕྱི། བྱི་སར་དག་  
 བོ་གཉིད་དུ་སོང་། གང་བབས་སོས་དལ་བྲེལ་རྒྱག་མེད། མི་འགྲུལ་ཁ་  
 རོག་འདུག་པ་ཡིན། མི་རྣམས་འདུག་པའི་འདུག་གནས་ཡིན། ལྷགས་  
 རྣམས་འཚོ་བའི་བྲེས་ར་ཡིན། དག་སྤྱོད་བཞུགས་པའི་སྦྱུ་མ་ཁར་ཡིན། བརྟན་  
 ན་འཕོ་འཆུག་མེད་པ་ཡིན། འདི་གཅིག་གི་སྟེང་དུ་བབས་བ་ན། མི་འདུག་  
 ཡུལ་ན་འདུག་པ་ཡིན། བྱ་འདུག་ཚང་ན་འདུག་པ་ཡིན། རང་ཡུལ་རང་  
 ཟེན་རང་ཟས་རང་གིས་ཟ། སྦྱིར་དཀར་འདུག་པའི་གཞི་མ་ཡིན། གྲིབ་  
 རོ་རྩུང་ཟད་ཡོད་མྱིད་པས། རྣམ་འཛོམས་བྱས་དང་མཐོན་བསང་བྱ། གཉིས་  
 ཀྱི་སྟེང་གི་སྦྱིར་ལེབ་ན། ལམ་ཁའི་དོ་ཚོགས་ལང་བ་ཡིན། གགས་སེལ་ངས་  
 བས་ཅོག་གོ་བཤད། སྦྱིར་ག་བཅིངས་པས་ལྷུ་མ་སྦྱོག་བཀྲོལ། ཨ་རོག་བྱེད་  
 ཚོས་བྱེད་མཚོས། མཚལ་བུ་སྒྲ་བརྟན་གྲོ་མ་བཤམ། ཆས་ཆས་པ་གཅིག་  
 བཤོལ་ངོ་ཡིན། བསྐྱུག་བསྐྱུག་པ་གཅིག་འོང་ངོ་ཡིན། ཤི་མིག་གསོན་བལྟས་  
 དུར་བཅོས་བྱ། འདི་ལ་སྦྱིར་དེ་ཁེར་འདུག་ན། མ་རབ་ནད་པ་ལྷུ་མ་ལ་  
 ཆགས། གསུམ་སྒོ་ཉེས་མི་འོང་ཇི་ཅུ་ཡིན། མ་བྱི་བུ་ཆའི་སྤྱོད་ནས་དར། །  
 བྱ་བ་བྱིད་ལ་ཅན་དང་ནི། བྱད་མེད་དབང་ཆེན་འབྱུང་བའི་ངོ་། བཞི་འཇམ་  
 བསྐྱིད་གི་སྤྱོད་མཐུད་ཡིན། ཉ་མོ་མཚོ་དང་འཕྲད་པ་ཡིན། གཡང་ར་སྤྱུ་མཛོད་

རྒྱས་པ་ཡིན། མིག་པ་ཁ་དབྱག་མོ་ལ་བཟང་། །ལྟ་དག་ཤེ་ཐག་པས་བཅིངས་  
 པ་ཡིན། །དག་ཡོད་བྱད་མེད་པེད་པ་ཡིན། །དུག་ཁྱིམ་ལ་པོ་ཞིག་མེད་པ་ཡིན། །  
 དབལ་མོའི་སྒྲ་རི་བུ་རྩི་ཆོ་སྤང་ཡིན། །བདུན་སྒྲུལ་བུ་ཁ་ཤ་སྤྱེད་ས་པ་ཡིན། །  
 དོན་བསྐྱབ་ན་ཕྱི་འགྱུར་གིན་ཏུ་ཆེ། །གཡོ་མེད་ག་ཞི་ཡི་དོན་ལ་བཟང་། །  
 ཡེ་སྒྲོན་རང་གི་ཡུལ་ན་འདུག། །དག་ཡང་མེད་ལ་སྒྲོག་གྱུར་མེད། །ནད་པ་  
 ག་གིན་རྩེའི་ཁ་ནས་ལོན་ཏེ་བཟང་། །བརྒྱད་ལྟ་གཡག་གངས་ལ་འགྱིར་བ་  
 དང་། །དག་སྒྲ་ཐད་ནས་ཆས་པ་ཡིན། །འུག་པ་མགོ་ལེབ་བྲག་ལ་ཉལ། །  
 བྱ་བརྒྱས་པོས་གྱུར་སྐྱད་མི་སྟེར། །རྒྱ་པ་སྤྱངས་ལ་ཞེན་ཉིན་བཟང་། །བན་  
 པོན་སྒྲོག་གི་ཆ་ལ་བཟང་། །དགུ་སྒྲིན་གྱི་རལ་གྱི་ཁ་འཐམ་པས། །ཉི་མ་རུབ་  
 བས་དག་མེད་ཡིན། །དག་པོ་ཕྱི་ཐལ་དབང་དུ་འགོ། །བཅུ་འུག་པ་མེར་པོ་བྲག་  
 ལ་གནས། །བྱ་བརྒྱས་སྒྲགས་མི་རྟེན་དོ་ཡིན། །རྫོང་བཙན་འཛིན་པའི་མོ་  
 ལ་བཟང་། །མོ་བཅུན་རྒྱུད་རྟེན་པ་དང་། །མཚོ་གྲུ་སྒྲོན་འགོ་བཡིན། །སྐབས་  
 འགར་ཆུ་བྲག་འཐབ་པའི་སར། །གཏང་གྱི་དོ་ཡོད་འགོ་ལ་ཆོག་བྱ། །བཅུ་  
 གཅིག་མེར་མ་པ་ཆས་བུ་ཆས་གྱུར། །ཨ་དཀར་མེར་མ་ཆང་དུ་ཉལ། །མོ་  
 ལྷས་ཕྱི་ཐལ་བྱས་པ་ཡིན། །དག་སྒྲས་གཉང་ལག་བསྐྱམ་པ་ཡིན། །མེར་  
 མ་དཀར་ཉལ་བྱས་པ་ཡིན། །ཅི་ལ་བཏབ་གྱུར་ཕྱི་འགྱུར་དོ། །ལྟ་ལ་གཏང་  
 རག་བཏང་ན་བཟང་། །དག་སྒྲས་བདུད་རྣམས་ནོན་དོ་ཡིན། །ནད་པ་གཅིག་  
 གི་མོ་ལ་བཟང་། །གཡུང་པོའི་ཁྱི་སྒྲོག་ཀ་བར་བཏགས། །དག་སྒྲ་ཤུག་མགོན་

བརྒྱ་བརྒྱལ་བྱ། །བརྒྱ་གཉིས་བྱང་གི་གྲིབ་གིང་ཁྱལ་ལ། །གྲིབ་བྱ་ཕོ་  
 རོག་གཉིད་དུ་སོང་། །མགོ་བོར་ཆོལ་གྱིས་འཕུར་གྱུར་གྱང་། །གྲོག་གྲོག་  
 མི་ཟེར་གཏན་ཆོག་སྟེ་ཡིན། །ཉི་མ་བྱང་ནས་དབང་མེད་དོ། །བརྒྱ་གསུམ་  
 དཔལ་བོ་གྱུད་དོ་ལ་ཁར་ཐོན། །ཡེ་ལྷོན་སྒྲུ་ཆེ་མཐའ་རུ་ཕྱིན། །གཏམ་དང་  
 རྒྱ་བརྒྱུད་ཁ་གསུམ། །དུས་གཅིག་ལ་ཁར་ཐོན་པ་འདྲ། །དཔལ་མཐུང་དཔལ་  
 དར་ལ་བཅས་གསུམ། །དུས་གཅིག་ལ་ཁར་ཐོན་པ་འདྲ། །ཅི་བཏབ་ཅི་ལ་  
 བཟང་ན་ཡང་། །མི་ཆེན་འདུན་གྲོས་བྱེད་ཉིན་ངན། །ཐང་ཆེན་དཔལ་མོ་  
 དཔལ་ཐང་དུ། །མི་ཆེན་གྲུད་ཡུ་འཁོར་བ་ཡིན། །སྒྲིར་འདི་འཐམ་པ་མགོ་  
 འཁོར་ཡིན། །མི་ཆེན་ནད་པའི་མོ་ལ་ངན། །འདི་ལ་སྒྲིར་དཀར་གཅིག་འདུག་  
 ན། །ཡ་རབ་ནད་པ་ལྷ་ལ་ཆག །~~ཡེ་ལྷོན་སྒྲུ་ཆེ་མཐའ་རུ་ཕྱིན།~~ །གཡས་མཁར་གྱི་ཅེ་ལ་བརྒྱག་  
 སོང་ན། །སྒྲིར་གྱི་སྒྲོང་རི་བུད་དཀར་ཟེར། །བུ་ཆའི་མགོ་ཡི་སྒྲག་འཕུ་  
 ཡིན། །བུ་ཆའི་མགོ་ཡི་གཡུ་རལ་ཡིན། །རྟ་ནག་མགོ་ཡི་གསེར་སྒྲབ་ཡིན། །  
 ལྷ་ལ་དམ་ཆོག་བསྐྱུང་མི་ཡིན། །མི་ལ་ཆད་མདོ་བཅན་མི་ཡིན། །འདྲེ་ལ་  
 བྱག་རྒྱས་གཏོན་མི་ཡིན། །ལ་རྒྱུད་བུ་ཡིས་ཟེན་པ་ཡིན། །ཡི་ཡན་འཐོར་བྱེད་  
 བརྒྱུད་བོ་དེ། །གསེར་ལུང་འདི་ལ་འདུས་པ་ཡིན། །ལན་དུ་སྒྲུམ་རིགས་བབས་  
 མི་རུང་། །དེ་ལོག་མཐུ་ལུང་ཁའམ། །སྒྲོང་རི་བར་མ་ཞེས་གྱུར་ཟེར། །ཡང་ན་  
 བྲི་ཐོག་སྒྲུག་བོ་ཡིན། །དབུ་མ་བརྒྱུད་གྱི་ཆེ་བཤད་ལས། །སྒྲིར་གྱི་དབུ་མ་  
 བཟང་བར་བཤད། །~~ཡེ་ལྷོན་སྒྲུ་ཆེ་མཐའ་རུ་ཕྱིན།~~ །གསུམ་པ་གཡོན་དུ་བརྒྱག་བཅས་ན། །སྒྲིར་



ལོ་བྱ་བྱར་མུར་ནག་གསལ། སྒྲིལ་གྱི་ཨོག་དམར་ཞེས་ཀྱང་ཟེར། །ལ་ལས་མཐུ  
 མུད་དམར་ཟེར། །ལྷུགས་གྱི་སྒྱུར་གི་མའི་འགོང་པོ་ཡིན། །སྟོ་བ་འགྲངས་  
 ཀྱང་སྒྲུང་བ་སྟོ། །སྟོ་བ་རྒྱུག་ས་ལེ་སྒྲུང་གཞུག་ཟེར། །སྒྲིལ་དམར་འབྲུང་པོ་  
 ཤ་ཟེན་ཡིན། །དམག་ཁྲི་ཆོ་འགག་པའི་འགག་ཐག་ཡིན། །~~སྒྲིལ་~~ སྒྲིལ་  
 གྱི་ལུ་ལ་བརྒྱུག་སོང་ན། སྒྲིལ་དཀར་ཀྱལ་ཕྱིས་ཆོང་ངམ། །ལྷུགས་ཕྱི་ཕྱོང་  
 ཞེས་ཀྱང་བྱ། །རིན་ཆེན་སྟོང་རི་ཐོད་དཀར་ཟེར། །འབྲི་གཅིག་འབྲི་བརྒྱ  
 རེད་པའི་མོ། །འབྲི་ཡེ་སྒྲོན་གྱི་མཁར་ཚུགས་པ་ཡིན། །རང་སར་བབས་ན་  
 ཅི་བཏབ་བཟང་། །ཕྱི་སར་ཤོར་དུ་མི་རུང་ངོ། །དེ་ཡི་གཉིས་བརྒྱུག་དུག་  
 དང་ནི། །གསུམ་བརྒྱུག་བཞི་དང་བཞི་བརྒྱུག་གཅིག་ །ལུ་བརྒྱུག་དང་བཅས་  
 འདོམ་ཚུལ་ལ། །བཟང་ངན་མིང་འདོགས་རིགས་འདྲེ་བྱ། །~~སྒྲིལ་~~ ལུ་བརྒྱུག་  
 ལྟ་ཁང་འབུམ་སྟེ་བརྒྱུག་ །དམག་ཆེན་འདོགས་དང་ལྟ་ཁང་བཞེངས། །ཆོས་  
 ཆེན་འབྲི་གྲོག་ཕྱིད་ན་བཟང་། །ཕྱི་སར་བབས་སུ་མི་རུང་ངོ། །གཞན་ཡང་  
 ཡར་དིང་མར་དིང་གཉིས། །སྒྲིལ་གྱི་རིགས་སུ་གཏོགས་མོད་གྱི། །འདིར་  
 བེ་ས་སའི་སྟེ་རུ་བཀོད། །~~སྒྲིལ་~~ སྒྲིལ་གྱི་མ་ལ་ཐིག་གཅིག་འཇུས། །སྒྲིལ་  
 སྒྲུང་ཅེས་སུ་བྱ་བ་ཡིན། །རྟོག་དང་སྒྲིན་དུ་བསྟེན་པ་ལས། །ཁྲི་རྒྱུ་མོ་སྟོ་  
 ང་གཅིག་དུ་སྒྲིད། །པ་མའི་དྲོད་ལ་བཅར་ཀྱང་མ་བསྟན་པར། །གཡུ་འབྲུག་  
 སྟོན་མའི་ཆོང་དུ་འཇུར། །དེར་མ་བསྟན་རྒྱ་རྒྱུག་ཆོང་དུ་འཇུར། །ཡང་རེ་  
 འབུམས་ཆོང་དང་དུང་ཁྱུང་ཆོང་། །དུང་ཆོང་སང་གའི་ཆོང་དུ་འཇུར། །དེ་

ནས་གཟི་ཆེན་མཚོ་ནང་དུ། །འཕྱར་བས་རྒྱ་སྒྲིང་རྩ་ལ་ཐོག། །སྒྲིང་གི་ཕུར་  
རྒྱན་ཐང་གསུམ་ཤོར། །དེ་ནས་སྒྲོང་དོལ་བ་ལས། །གསེར་ཉ་གཡུ་གཤོག་  
ཅན་གཅིག་བྱུང། །དེ་སྤྱི་མའི་ཚང་རྣམས་འགྲིམ་བ་ལས། །ངར་རྒྱན་འབྲུག་  
ལས་ཆེ་བ་བྱུང། །ཉ་ལ་གཡུ་རལ་ཡོད་བ་བྱུང། །སྒྱུ་སྟོང་སྟག་རིས་བཀྲ་  
བ་བྱུང། །སྒྱུ་སྟོང་ཐིག་ལེ་བཀྲ་བ་བྱུང། །ཉ་སྟོང་ཕུང་ལས་དཀར་བ་བྱུང། །  
ཉ་ལ་གཤོག་བ་རྒྱས་བ་བྱུང། །མ་ཡི་རྟོད་ལ་བཅར་བ་ལས། །ཉ་ལ་ཡ་སོ་  
ཡོད་བ་བྱུང། །ཉ་ལ་ལས་མ་གྲོལ་མ་ལས་གྲོལ། །ཉོ་བོ་ཉོ་མོ་དེ་དང་གཉིས། །  
སེ་བ་གཏུམ་ཆེན་གཉིས་དང་བཞི། །ཅུ་དང་སྟོན་དང་གཉིས་ཉེ་དུག། །འཁར་  
བ་གཡུ་འབྱར་གཉིས་དང་བརྒྱད། །ཉེ་ཕྱུང་ཟུར་ཕྱད་ཅན་དང་དགུ་དུ་གྲོལ། །  
ཡི་གུལ་བཞུགས་པའི་སྟོན་ཆེན་ཀུན། །ཉ་འདི་ལ་ལྟ་གཅིག་ཡོད་དམ་མེད། །  
ཉ་འདི་ལ་ལྟ་གཅིག་ཡོས་ཀྱང་ཡོད། །འདི་ཡི་ལན་དུ་དིང་དིང་ན། །ཉ་རྒྱ་  
འདོད་རྒྱ་དང་འཕྲད་བ་ཡིན། །སྒྱུ་མ་དང་དིང་དིང་སྒྱུ་མ་ཉམ་གསུམ། །འབྱུང་  
བ་རྒྱ་ཡི་སྒྲ་མདུད་ཡིན། །ཆར་འབེབས་རྒྱ་འདོན་ཉིན་པར་བཟང། །རྒྱ་  
བསོགས་ནད་པའི་མོ་ལ་ངན། །འདི་ཡི་བདུད་དེ་སེ་སྟོང་ཡིན། །ལན་དུ་སེ་  
སྟོང་བབས་བ་ན། །ཉ་ཤ་འདོད་ཤ་དང་འཕྲད་བ་ཡིན། །བྱི་ར་བ་ཡི་མོ་ལ་  
བཟང། །གཞན་མ་ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན། །ལི་ཡན་ཉ་མོ་སྒྱེ་ལུར་བཅུག། །  
ཅི་བཏབ་ཅི་ལ་ངན་བ་ཡིན། །ཚོལ་ཆེ་ཉ་མགོ་སྒྲམ་གྱིས་བཅད། །མོ་ལ་དེ་  
བས་ངན་བ་མེད། །ཤིང་ཤག་ཉ་ལ་ཤིང་གིས་ཚོད། །བྱ་རལ་ཉ་ཚང་བྱེ་བྲལ་

འབྱུང་། །ན་འབན་ཉ་ཆང་ཐོག་གིས་བཤིགས། །ཐང་ལེ་ཉ་མོ་སྐྱམ་ལ་ཡར། །  
 དེ་ན་མས་ལེན་དུ་མ་བབས་དགོས། །དེ་མིན་ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་། །གལ་  
 ཏེ་ནད་པའི་མོ་ཡིན་ན། །གཅིག་ལ་ཉ་ཤི་ཆང་ནས་ཤི། །བཏུ་གསུམ་ཉ་མོ་  
 གངས་ལ་ཐུག །མ་ཐར་ཐུར་ལ་གྱུ་དོ་ཡི། །སྒོག་བསྐྱེ་ཆོ་ཐར་སྒྱེན་བཏང་  
 དགོས། །ཉ་རྒྱུ་འཛུང་དུ་མི་ཁའི་རྩས། །སྒྲགས་ལ་རྒྱལ་ཁུང་བསྐྱར་ན་ཐུབ། །  
 མིན་རང་སར་བབས་ན་བཟང་། །~~སྐྱེར་གྱི་འདོགས་གཉིས་ཕྱོགས་~~  
 གཅིག་ན། །སྐྱེར་སྐྱད་མ་བྱ་ཁ་འཛོམས་ཟེར། །བཟའ་དགུ་མི་ཐོ་འཛོམས་པ་  
 ཡིན། །ལྷག་པར་མ་སྐྱད་མོ་ལ་བཟང་། །དེ་ཡང་མཁར་ཁ་དང་པོ་སོགས། །  
 རྩ་མ་རྩ་མར་འཛོམས་པ་བཟང་། །དེ་ལའང་བྱ་ནི་མཁར་ཅེ་དང་། །མ་ནི་  
 སྒོ་ཕྱོགས་འདུག་ན་བཟང་། །མ་བྱའི་མོ་ལ་ཤིན་ཏུ་བརྟག། ~~སྐྱེར་གྱི་འདོགས་གཉིས་ཕྱོགས་~~  
 འདོགས་གཉིས་སོ་སོར་བྱེ་བན། །སྐྱེར་སྐྱད་མ་བྱ་ཁ་ཐུལ་ཟེར། །ཁྱོད་གན་  
 མ་བྱ་བལ་དོ་ཡིན། །མོ་སྒོའི་ཕྱོགས་སུ་གང་ཡོད་པ། །དེ་བརྟག་མ་བྱ་གང་  
 རྒྱབ་དབྱེད། །སྐྱམ་མ་བཅའ་མི་ཐུབ་པ་ལ། །ཁ་བྱེ་བབས་ན་བཅའ་ཐུབ་དོ། །  
~~སྐྱེར་གྱི་འདོགས་གཉིས་ཕྱོགས་~~ མ་བྱ་གཉིས་ཀྱང་འབྲེལ་བ་ན། །སྐྱེར་གྱི་མ་བྱ་ཁུག་ལེན་ཟེར། །  
 ཤི་རོ་ཁུང་ནས་དབྱེད་མི་ཐུབ། །དེ་མིན་མ་བྱ་མི་བྱེ་བཟང་། །~~སྐྱེར་གྱི་འདོགས་གཉིས་ཕྱོགས་~~  
 མཁར་ཅེ་ལ་ནི་བརྟག་སོང་ན། །སྐྱེར་སྐྱད་ཉ་མོ་ལྷོ་དཀར་ཡིན། །ལ་ལས་  
 ཉི་མ་རང་གར་ཟེར། །ཉ་རྒྱུང་ཁ་སེར་ཁོག་པ་བརྟག །མ་ཉ་མོ་ལྷོ་དཀར་  
 འདྲ་བ་ལ། །བྱ་གསེར་ཉ་འདྲ་བ་སྒྱུ་དོ་ཡིན། །དེ་འོག་བརྟག་ཀྱང་དེ་ཕྱོགས་

འདྲ། རྒྱུ་བརྒྱུག་བྱུང་ན་དཔ་བཡིན། ། ~~རྒྱུ་བརྒྱུག་ཉ་ཆེན་ཡོང་མོ་ཡིན།~~ །  
 གཙང་ཉ་གཡུ་གཤོག་ཅེས་ཀྱང་བྱེད། ། དུང་ཉ་གཡུ་ཡི་རྩ་རྩོག་ཅན། ། རྒྱ་ཆེན་  
 བརྒྱལ་བའི་མེར་མ་ཡིན། ། ~~རྒྱུ་བརྒྱུག་མ་ཤོག་བརྒྱུག་སྒྱེར་སྒྱུད་ཀྱུ་བ་མཁུང་~~  
 ཡིན། ། མ་ལ་བརྒྱུག་བཟང་གཉིས་བྱུང་ན། ། སྒྱེར་སྒྱུད་ཉ་མོ་གསེར་མིག་  
 བརྒྱུག། གཞི་ཕྱ་བ་ཤོག་གསུམ་དུག་གཅེས། ། ~~རྒྱུ་བརྒྱུག་གཉིས་~~  
 བྱུང་བ་ན། ། སྒྱེར་སྒྱུད་མེར་མ་ཉ་ཆེན་བརྒྱུག། ། གཡུལ་ཆེན་ཁ་སྒྲོད་ཕྱིད་  
 ཉིན་བཟང་། ། འབུམ་ཚོ་གསུམ་གྱི་དམག་ལེགས་ནས། ། ཁྱི་ཚོ་གསུམ་གྱི་  
 གནང་ཐོབ་ཅུས། ། མ་བརྒྱུག་གཉིས་པ་ཅན་ལ་གསུམ། ། གསུམ་ཀ་བརྒྱུག་  
 དང་བྱུ་བརྒྱུག་དང་། ། འདོམས་པའི་མིང་དང་བཟང་དཔ་ཀྱང་། ། ཤོང་ལ་དཔག་  
 བས་ཤེས་པར་བྱོས། ། ~~རྒྱུ་བརྒྱུག་སྒྱེར་སྒྱུད་ཀྱུ་གཅིག་ས་ལ་ལྟུང་།~~ ། སྒྱེར་གྱི་  
 བྱ་ཡུན་ཞེས་སུ་འདོད། ། སྒྱེར་ཡུན་དག་ལྟའི་ལྟམ་མོ་ཡིན། ། རྒྱུ་བརྒྱུ་ཞགས་  
 བཟུང་སྒྲ་མདུད་ཡིན། ། གཅིག་ལ་ས་བདག་རྒྱལ་མོའི་ཞལ་བྱོན་ཡིན། །  
 བརྒྱུག་ན་རྒྱལ་མོའི་དཔོན་ཀྱུ་བ་ཡོད། ། གཉིས་བདུད་གྱི་ཆེར་ཐུང་ནག་པོ་  
 ཡིན། ། བརྒྱུག་ན་རྒྱ་འགམ་སྒྲིན་མོ་རྒྱུག། རྒྱུ་འཇབ་པའི་རོ་ལ་འབུལ་བ་  
 མེད། ། གསུམ་བྱ་བ་འབུལ་པའི་བྱིས་ཕུག་ཡིན། ། བཞི་ཕྱ་ལྟམ་སྒྲ་གཡུ་སྒྲིན་  
 བས་ཁུག། བྱིས་ས་བརྟན་པའི་རྩི་འུམ་ཡིན། ། ལྟུང་མ་ལྟམ་ལྟམ་མོ་སྒྲིན་དང་བསྐྱོད། །  
 བརྒྱུག་ན་གཡལ་འབུམ་སྒྲ་གཡུ་སྒྲིན་ལ་ཤོར། ། དུག་གཡལ་འབུམ་གྱིང་གི་  
 རང་ཡུལ་བྱིན། ། བརྒྱུག་བཟང་སྒྲ་གཡུ་སྒྲིན་ལས་ཁུག། ། བདུན་གྲོག་ཚོ་ལ་ས་

མོ་ཟན་དང་འབྲུད། །བརྒྱུག་ན་མཆོད་པོ་འཕན་པོར་འབྱུར། །བརྒྱད་མེར་མ་  
 ཆོད་དུ་བདེ་བ་ཡིན། །བརྒྱུག་ན་དུང་གཞི་བས་ནས་བ་ངན་བཟུང་། །ཀྲུ་ལ་  
 དགའ་ཞིང་བསོལ་དགུམ། །ཁ་ཐོ་གཏམ་སྒྲུབ་ཡོད་དོ་ཡིན། །དགྲ་རུབ་ཕྱགས་  
 ཟངས་རི་དམར་པོ་ལ། །སྤྱིན་བྱ་ལྷག་པ་སོལ་ཆས། །རྒྱབ་ཕྱོགས་དག་སྒྲ་  
 གོད་བྱུབ་དགོས། །བརྒྱུག་ན་རུབ་ནས་གོད་སྒྲོ་བྱ། །བཅུ་དག་སྤྱི་ལྷུ་མ་མོ་  
 སོལ་ཆས། །བརྒྱུག་ན་དག་སྤྱི་ལྷུ་མ་མོ་དེས། །དར་དཀར་ལུ་གོས་སྒྲ་  
 གྱོན། །དདལ་དཀར་མེ་ལོང་ཕྱག་ན་བསྒྲུམས། །འདོད་པའི་དངོས་བྱུབ་སྒྲུལ་  
 དོ་ཡིན། །བཅུ་གཅིག་དག་སྤྱི་དར་མ་མཐུ་ཆེན་ཡིན། །བརྒྱུག་ན་སྤྱི་པའི་གོ་  
 གྲུབ་གྱོན། །རྫོ་གཙོད་རལ་གྱི་ཕྱག་ན་བསྒྲུམས། །བདུད་དང་བགེགས་གྱི་  
 གཉའ་བ་གནོན། །བཅུ་གཉིས་ཟ་བྱེད་སྤྱད་སྒྲུག་དམར་མོ་ཡིན། །བརྒྱུག་  
 ན་སྤྱད་བྱེད་རལ་ཡམས་འབེབས། །བཅུ་གསུམ་སྤྱི་ལྷུ་མ་མོ་བྱུང་། །དམེ་  
 བྱོད་བྱ་ཡིས་པ་མཆོར་བསྤང་། །བརྒྱུག་ན་པ་ལྷུ་ལ་བྱ་ཡིས་ཟེན། ~~།སྤྱི་ལྷུ་མ་མོ་~~  
 དེ་ཡི་མཁར་ཅེ་བརྒྱུག་པ་ན། །སྤྱི་ལྷུ་མ་མོ་དུང་བའམ། །སྤྱི་ལྷུ་དཀར་  
 མོ་ཞེས་སྒྲ་བྱ། །དག་གཞི་ཀྲན་ལ་བཟང་བ་ཡིན། །དེ་ལོག་སྤྱི་ལྷུ་མོ་མའམ། །  
 སྤྱི་ལྷུ་མ་མོ་སྤྱི་ལྷུ་མོ་ཡིན། །དག་གཞི་ཀྲན་ལ་འབྱིང་ཅམ་ཡིན། །སྤྱི་བརྒྱུག་  
 བདུད་གྱི་ཆོར་སྤྱད་ཡིན། །སྤྱི་ལྷུ་མ་མོ་ཅེ་སྤྱི་ལྷུ་མོ་ཟེར། །དག་གཞི་དགོར་  
 གསུམ་ཀྲན་ལ་ངམ། ~~།སྤྱི་ལྷུ་མ་མོ་~~ སྤྱི་ལྷུ་མ་མོ་ལ་བརྒྱུག་གཅིག་ན། །དེ་ལ་ཆོད་  
 ཏལ་དུན་ཅེ་ཟེར། །སྤྱི་ལ་བརྒྱུག་གཉིས་བྱུང་བ་ན། །དེ་ལ་ཆོད་སྒྲུག་གོམས་

འཕར་མ་ཟེར། །དེ་གཉིས་ཞེ་སྒང་མེ་ལྗེའི་འཕྲུབ་མ་བརྒྱུག། །མཐུ་ཆེན་མེར་  
 མའི་ལྷམ་མོ་ཡིན། །རང་སའི་བཅོན་སར་བབས་ན་བཟང་། །ཁྱི་ས་གཡུལ་  
 བཞིར་འབབ་མི་རུང་། །བརྒྱུག་གཞན་དེ་ལས་འཕྲོས་ཏེ་དཔྱོད། ~~།~~  
 རྒྱུར་དཀར་མོ་རྟ་བག་ལ་སོང་། །བག་རྒྱུར་ཐང་ལེ་ཞེས་བྱ་སྟེ། །ལྷག་པ་ཞ་  
 བོ་རྒྱུང་མེད་སྟེ། །ས་གཞི་ཟད་པའི་མཐར་ཐུག་ཡིན། །ཐང་ལེ་མ་ཡིན་གྱིད་  
 ལེ་ཡིན། །སྟོད་གསུམ་ཅེ་འཛིན་དག་ལ་ངན། །བཞོག་གསུམ་དུ་ངོ་སོ་དམའ།  
 ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན་པ་ལ། །ནད་པའི་མོ་ལ་བཟང་བ་ཡིན། །ཐང་ལེ་མ་ལ་  
 བརྒྱུག་གཅིག་ན། །ས་ཟད་ཐང་ལེ་སྒྲ་དམར་ཡིན། །བ་བརྒྱུག་གནག་སྟོང་  
 ཤིངོ་ཡིན། །བཅུན་མ་སྒྲུལ་གྱིར་འཆི་བ་ཡིན། །ཐང་ལེ་མ་ལ་བརྒྱུག་གཉིས་  
 བ། །ཐང་ལེ་ཁ་དམར་སྒྲ་དམར་ཡིན། །འབྲི་བརྒྱ་རྟོན་གྱིས་གསོད་ངོ་ཡིན། །  
~~།~~ ཐང་ལེ་མ་ལ་བརྒྱུག་གསུམ་ན། །སེ་སྟོད་ནག་པོ་ཁྲམ་ཐོགས་ཟེར།  
 མི་གསུམ་དུས་གཅིག་ཤི་བའི་སྟོ། །རྟ་གསུམ་དུས་གཅིག་བསད་པའི་གོད། །  
 རང་སར་བབས་ན་གྱིངོ་ཡིན། ~~།~~ ཐང་ལེ་བྱ་ལ་བརྒྱུག་གཅིག་བཅས། །  
 ཐང་ལེ་འོད་དཀར་བྱ་བ་ཡིན། །འབྲི་བརྒྱ་རྟོན་ལས་ཐར་བ་ཡིན། །གལ་  
 ཏེ་བྱ་ལ་བརྒྱུག་གཉིས་བྱུང་། །ཐང་ལེ་འབྲུག་གཞོག་གཡས་གཡོན་ལ། །  
 ཀོང་ཆོ་འཕུལ་རྒྱལ་ཐུག་རྒྱ་བརྒྱུག། །རང་སའི་བཅོན་ས་གར་བབས་ཀྱང་། །  
 མི་ནོར་གཉིས་ཀྱི་འཕེལ་རྒྱ་ཡིན། །ཐང་ལེ་མ་བྱ་གཉིས་བརྒྱུག་ན། །ས་ལེ་  
 བ་བཤའ་འབྲི་བཞོ་བརྒྱུག། །ནོར་གཅིག་རྟོད་ན་གནག་གཅིག་འཆི། །མདའ་

གཅིག་རྟེན་ཀྱང་མཐུང་གཅིག་ཆག། །མ་སུའི་བརྒྱུག་ཁ་འདོམ་ཚུལ་ཀྱང་། །  
 དེ་བཞིན་ཅི་རིགས་ཤེས་པར་བྱ།། ~~ཐུག་པའི་ཐམས་ཅད་བརྒྱུག་པ་ན། །~~  
 ཐང་ལེ་ས་མདའ་གནམ་མདའ་བྲག། །འབྲུགས་པ་ལན་དགུ་སྤྱད་ནས་འདུམ། །  
 དམག་ཡར་ལ་ཁྱེར་བའི་མོ་ལ་བཟང་། །ལར་གཅིག་གི་སྟེང་དུ་ཐང་ལེ་ན། །  
 ཤིང་ཐང་སྐྱ་བོའི་བེར་ཀ་ཡིན། །གཉིས་མི་བརྒྱ་གངས་ཀྱི་ལམ་ལོག་ཡིན། །  
 གསུམ་ཡེ་བཟའི་བ་ཁོག་སྟེང་བ་ཡིན། །བཞི་བྱ་ལྷ་མ་རྒྱལ་མོའི་རུ་ཞོ་རུལ། །  
 ལྷ་གསེར་ཐག་བཟང་པོས་ཐོ་ཡིད་བཅད། །དུག་སྒྲན་མཆར་འཆི་ཞིང་སྒྲན་  
 བ་བཤས། །བརྟན་བུ་མོ་སྐྱེ་བ་ཚུ་ལ་ཤོར། །བརྒྱད་མཐུ་ཆེན་མེར་མ་ཆང་  
 ཏུ་ཉལ། །དགུ་འཁོར་ཁྲོད་རྩ་ལ་ངད་འོད་བྱེད། །བརྟམ་སྒྲན་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར་  
 ཏུ་འཆི། །བརྟ་གཅིག་མགར་བ་ཐོད་དམར་དེས། །དག་སྒྲའི་བྱ་གངས་ཅི་  
 བས་བསྟེལ། །བརྟ་གཉིས་སྒྲོན་ལྷམ་འབྲུལ་མོ་དེས། །རྒྱ་མཆོ་ཁ་ལྷུང་སྒོ་  
 རིག་དྲན། །བརྟ་གསུམ་ན་ལ་ཤིང་དབྱི་མོང་གིས། །དབག་བསམ་ཤིང་གི་  
 ཕྱི་མོ་བཅིངས། །རྩེ་ལ་འབངས་ཀྱི་སྒོ་ཁ་འཕྲོག། །དག་བཞི་དུར་གསུམ་ཀུན་  
 ལ་ངན། །ཁྱི་སྒྲོམ་འབྲུམས་པོས་གོད་མགོ་རྟེན། །གོགས་ལ་དེ་བས་རྒྱུད་བ་  
 མེད། །ཁྱོད་ལ་དེ་བས་ཆེ་བམེད།། ~~ཐུག་པའི་ཐམས་ཅད་བརྒྱུག་པ་ན། །~~  
 གསུམ་ཨ་མོ་སྐྱ་སྐྱ་ཡིན། །སྐྱེར་རིགས་རྣམས་ཀྱི་གཞི་མ་ཡིན། །ས་གཡོ་སྟོབས་  
 ཆེན་འབྱུང་བའི་སྒྲ། །ངམ་གྱི་སྤྱང་བོ་སྟོབས་ལྡན་ཡིན། །ས་འོག་འདྲེ་མོ་ནག་  
 མོའི་སྒྲ། །ངམ་གྱི་རྒྱན་མོ་སྤྱང་འཛག་ཡིན། །ངམ་གྱི་རྒྱན་མོ་དུན་ཉིང་དེས། །

གྲུང་བུ་སྒྲ་དམར་རྟ་རུ་ཞོན། ཤིང་སྒྲུ་འུ་ལྟ་ལག་ན་བཟུང་། ར་སྒྲེས་དོ་ཁལ་  
 ཁལ་དུ་བཀལ། ཡེ་ཡི་ཡུལ་དུ་བསམ་ངན་འཆང་། སྒྲོན་པའི་ཡུལ་དུ་ཡར་  
 ལ་སོང་། རམ་ཟ་དེ་ཡི་ཞལ་ན་རེ། ཨ་ཞང་སྒྲོན་སྒྲས་ཚུར་གསོན་དང་། མོ་མཚན་ཡར་བྱུག་མར་བྱུག་བྱས། མ་གྱི་ཡེ་ངམ་ས་མཚམས་ན། ཆེ་བའི་  
 ལྟ་མོ་རྣམ་ལྟ་མཐོང་། འདི་ནས་ཆ་གཅིག་མར་སོང་དང་། འཁོ་གཉིས་  
 གྱིས་བང་ཁ་འགྲེད། དེ་ནས་མར་ལ་སོང་བ་ན། ལྟུག་བ་གཉིས་གྱིས་ཤག་  
 ཁ་འགྲེད། དེ་ནས་མར་ལ་སོང་བ་ན། འཁོ་བ་གཉིས་གྱིས་མིག་མང་འཛིག་།  
 དེ་ནས་ཆ་གཅིག་མར་སོང་དུས། མདའ་སྟོང་ཙམ་གྱི་ཉག་ག་ལ། རྟ་རྟ་ཙམ་  
 གྱི་ལམ་ཞིག་ཏུ། སྤིང་སྤེལ་རྒྱ་འགོ་སྟོང་འགོ་རེད། དེ་ནས་རིམ་དགུ་ས་ཞབས་  
 ཟུ། བུང་མེད་ནག་མོ་མུང་བ་ཙམ། རལ་དང་མཁོན་གཉིས་དུས་གཅིག་  
 བྱེད། དེ་རྣམས་ལྟ་མོ་ལྟ་རུ་མཆི། དེ་སྐད་ཁང་ལ་ཞུས་བ་དང་། སྒྲོན་  
 མི་དབུ་ནག་སྒྲུངས་ཡར་བུད། བཀམ་ས་གཉིས་གྱི་མཐའ་ཡར་བྱེས། བུན་  
 ཁང་ནང་དུ་བཙོག་ནལ་བྱས། མཐར་ཐངས་ལྟགས་གཉིས་གྱི་གཙུང་བཟུག་།  
 གཙུག་བ་ངམ་གྱི་ཡུལ་དུ་ཕྱིར། དུས་དང་བསྐལ་བ་དེ་ཙམ་ན། ཁང་མཚན་  
 བཙོག་ནལ་བྱས་བ་ལ། རལ་སྐྱག་དབུ་གཞོག་སྒྲུན་གསུམ་བུང་། ལན་དུ་  
 ཤིང་ཤག་བྱ་རལ་ཡིན། སྒྲུར་གསུམ་བུར་གྱི་ཤ་ཆང་ཟེར། ཤ་ཁུར་དང་ནི་  
 མདུན་གོས་དོ། ~~སྒྲུར་གསུམ་སྒྲོ་ལ་བརྒྱག་སོང་ན།~~ འཇང་གི་བ་  
 དམར་སྒྲོ་མཁྱོགས་ཡིན། རྟ་ཤི་སྐ་ཆག་ཤིན་ཏུ་ངན། ~~སྒྲུར་གསུམ་~~ དབུས་



1 7 7

བཅུ་རིམ་གྱོད་མིགས་སུ་མི་ཁེལ་བས། །དབུ་དུམ་འདོན་ཅིང་ཡུལ་ལྟ་མཚོད། །  
 བ་འགར་གྲང་གསུམ་གྱི་མ་ལྟ་འཕུང་། །བཅུ་གཅིག་ལྟ་དུ་མཁོན་འཐབ་མོ། །  
 སུང་སྤི་རྩ་མོ་འཁུན་སྒྲད་ཀྱིས། །གཡུ་འབྲུག་སྒྲོན་མོའི་སྒྲ་སྒྲད་བཅོམ། །ཐབ་  
 སེལ་གཞིབ་སེལ་བསང་བྱས་བྱ། །བཅུ་གཉིས་སུང་གི་མཛོམ་སྟག་ཡུ་དེས། །  
 དག་ལམ་མཐའ་བཞི་བཅད་བ་ཡིན། །བཅུ་གསུམ་རང་སྒོ་གྲུང་ཅིང་དག་སྒོ་  
 དར། །ཐམས་ཅད་མི་འཆམ་གྱོད་དུ་འོང་། །ནལ་འདྲེ་མི་ཟན་སྒྲོན་གསུམ་  
 དེས། །མི་གངས་མཁར་བུ་བཅོམ་བ་ཡིན། །ལར་སྒྲེར་གསུམ་འགྱོད་བ་མུ་  
 དན་རོ། །རྒྱན་རྒྱལ་ལ་རང་སར་བབས་ན་བཟང་། །བྱི་སར་བཅོན་དུ་འཆོར་  
 རོ་ཡིན། །གྲོགས་ལྷུ་ལ་བྱིར་ཤོར་དོན་བྱར་འགྱོད་། །སྒྱིར་རང་ས་བྱི་ས་གར་  
 བབས་ཀྱང་། །ཁ་འགྱོད་སེམས་ལས་ཆེན་པོའི་རོ། །ནད་བའི་མོ་ལ་ནད་  
 གཞི་ཆེ། །བསྐྱད་ན་ཞག་གསུམ་ཆེ་ཆད་ཡིན། །ལན་དན་ན་ཉིན་ཞག་དེ་ལ་  
 འཆི། །ཉིན་གཅིག་ཐག་ཆོད་ཞལ་ལྟེ་ལ། །ཉན་དུ་འགོ་ན་གཏམ་ཐོས་བཟང་། །  
 དེ་མིན་སྒྱི་ལ་དན་བ་ཡིན། །~~སྒྲེར་གཉིས་སྒོ་ལ་བཏགས་བ་ན།~~ །སྒྲེར་  
 བག་སུང་མ་རེ་ལོག་ཟེར། །སྒྲུམ་རྒན་གཞུང་འཛིངས་ཞེས་ཀྱང་བྱ། །ས་གཞིས་  
 རྒྱལ་མོ་སྒྲ་རིང་ཡིན། །བ་གི་སྒྲང་གི་འོང་བའི་བྲག་ །བཅོག་ནལ་འབྱུང་རོ་  
 འབྲུལ་མེད་ཡིན། །དག་གཞི་ཀུན་ལ་དན་བ་ཡིན། །~~ཁྱེད་པར་བུ་~~ །ཁྱེད་པར་བུ་  
 གཉིས་ཀྱང་འབྲེལ་ན། །ཁ་བུ་གི་རོ་མགོ་སྒོས་ཡིན། །ཅི་བཏབ་ཀུན་ལ་ཁྱེད་  
 པར་དན། །དེ་ཡི་བུ་གཅིག་བརྒྱག་བ་ན། །ཐེར་མ་སྒྲུམ་བུ་རུ་རིང་ཡིན། །ཡང་

དག་དམག་གི་མེར་མ་ཡིན། ། ~~འདི་ཡི་བྱ་གཉིས་བརྒྱུག་པ་ན།~~ །སྒྱུ་མ་  
 གན་བ་མེན་ཁྲི་ཤེལ་བརྒྱུག །སྒྱུ་མ་གན་ཉི་ཟླ་གསལ་བ་ཡིན། །འདྲེང་མོ་  
 ཤ་རུ་མ་པར་ཞིག་ནས། །འདྲེང་མོ་བསད་པའི་སྒྱུ་གུ་ཐོབ། །འདི་ཡང་དམག་  
 གི་མེར་མ་ཡིན། །དམག་ལ་འགོ་ན་རང་སར་བཟང་། །འདི་དང་སྒྱུར་གསུམ་  
 དག་གི་ཡང་། །བྱ་གཉིས་སད་དུ་འགྱུར་ཚུལ་ལ། །བཤད་བ་སྤང་ཡང་རེ་  
 ཞིག་བཞག །གཅིག་གི་སྤྲོད་གི་སྒྱུ་མ་གན་ན། །རབས་ཆད་གན་གློན་ཁང་  
 སྤྲོད་སྤྲོད་། །གཉིས་ཀྱི་པོ་ཀྱི་མོ་ཁང་སྤྲོད་འདུས། །གསུམ་ཐེ་མོས་ཕྱ་ལྷུ་མ་  
 མིང་ལ་བརྒྱ། །བཞི་ཆེན་ཆུན་ཀྱི་པོ་ཐུན་མོང་ཡོད། །ལུ་སྒྲིན་པོ་མོ་ཀྱི་མའི་  
 གྲུ་གྲུར་ཅོད། །ཏུག་པོ་མོ་གཉིས་དུར་མིག་གཅིག་ལ་ཞུགས། །བདུན་འཕྲོག་  
 ཡུལ་གཉིས་བཙོག་ནལ་སོ་སོར་སྤྲོད། །བརྒྱད་པན་པོན་གཉིས་མནའ་ཆད་  
 མཁོན་གསུམ་སྤིག །དགྲུ་དོམ་དྲེད་གཉིས་འཕྲང་གཅིག་གཏོང་བྱུག་ཐོག །  
 བཅུ་གན་གློན་གྱིས་ཨ་མོ་ཐང་དེ་སྤྲོད། །བཅུ་གཅིག་མིང་སྤྲོད་བཙོག་ནལ་  
 ཡུང་བ་གང་། །བཅུ་གཉིས་དམེ་པོ་མོ་ཐང་སྤྲོད་ལག་སྒྲེལ་འབྱམས། །བཅུ་  
 གསུམ་བྱ་དང་མནའ་མ་དུས་གཅིག་གི། ། ~~ཀལ་ཏེ་སྒྱུར་ལེབ་སོས་བཀུག་~~  
 བ། །སོ་བྲག་སྒྱུར་ཞེས་བྱ་བ་སྤྲོད། །ཅི་བཏབ་གང་ལ་དན་ན་ཡང་། །དམག་  
 ཆེན་པར་ལ་ཆན་བཟང་། །གཅིག་གསུལ་ཆེན་འགྲོད་པའི་ཐེར་ཀ་ཡིན། །  
 གཉིས་མིག་རྒྱང་གང་གི་ལམ་ལོག་ཡིན། །གསུམ་ལེབ་དཀར་པོའི་བཞོག་  
 སྤྲོད། །བཞི་ལ་ཕྱ་ལྷུ་མ་རུ་ཞོ་རུལ། །ལུ་ལ་ལྷོ་ཕྱོགས་དུར་སྒོ་འདན། །ཏུག་ལ་

སྒྲུབ་ཤ་ཡུམོ་ཤི། །བདུན་ལ་མ་མོ་ཆབ་ལ་སྒྲུག། །བརྒྱད་མཐུ་ཆེན་མེར་མ་ཆང་  
 ཏུ་ཉལ། །དགྲ་འབྲོང་རྫོད་རྩ་ལ་རམ་པ་ཡིན། །བཅུ་ཕུ་ལྷམ་མཐུ་བ་ཆད་པ་  
 ཡིན། །བཅུ་གཅིག་དག་སྒྲུའི་བྱ་སྒྲུང་ཞིག། །བཅུ་གཉིས་དག་མགོ་ཐུན་པས་  
 བེབ། །བཅུ་གསུམ་དབག་བསམ་ཅེ་མོ་ཐུན་པས་གཡོགས། །དེ་ཡི་བརྒྱག་ལ་  
 རོགས་པ་ནི། །ལལ་ཆེར་ཐང་ལའི་སྐབས་ལྟར་དབྱང། ~~མཐུ་ལ་ཏེ་~~  
 རྒྱུར་ནང་སོས་བཀུག་ན། །རྒྱུར་གྱི་འཕྲོམ་པ་མགོ་འཁོར་ཟེར། ~~མཐུ་ལ་ཏེ་~~  
 མ་བརྒྱག་འཐམ་ནག་མགོ་པོ་ཡང་འཁོར་ཡིན། ། ~~མཐུ་ལ་ཏེ་~~ ལུ་བརྒྱག་ཁ་ཆ་  
 གྲུད་དམར་ཡིན། །ལར་ཆེར་སོ་བྲག་རྒྱུར་ལྟར་དབྱང། །རྒྱུར་མགོ་འཁོར་ནང་  
 གི་ཡང་འཁོར་དེ། །རྒྱུར་ནག་འཕྲོམ་པ་འདི་ཡིན་པས། །གྲིབ་མཚོ་ལ་སྒྲུག་  
 འཐེབ་ཐུན་པ་ཡིན། །ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བན་པ་ལ། །དུན་དུན་ནད་པ་སོགས་  
 ལ་བཟང་། ~~མཐུ་ལ་ཏེ་~~ རྒྱུར་གཉིས་ཕུ་གྲུ་གཅིག་གིས་འབྲེལ། །མོ་རྩ་བག་  
 ལ་སོང་བ་ན། །རྒྱུར་གྱི་བྲག་དམར་མགོན་ལུ་བྲག་ །མོ་སྒྲོ་ཉེས་སྒྲོ་ལ་ཡག་  
 ཏུས་མེད། །མོ་སྒྲུག་མེད་སྒྲིས་ལ་ཐུབ་ཏུས་མེད། །བྲག་དམར་ར་གཅིག་བརྒྱག་  
 པ་ན། །གཉའ་རིང་ཐག་མཁར་བཅན་པོ་ཟེར། །བདུད་གྱི་དམག་གིས་མི་ཐུབ་  
 བོ། །ར་གཉིས་བརྒྱག་པར་གྱུར་པ་ན། །མེར་མ་བཞུགས་ས་ཁོ་རྒྱུའི་མཁར། །  
 དམ་དང་སྒྲིན་གྱི་ཐུབ་མི་སྒྲིད། ~~མཐུ་ལ་ཏེ་~~ ཅེ་རའི་སྒྲུ་གྲུ་མེད་སྒྲོགས་གྱི། །  
 རྒྱུར་ལ་སོ་ཡིས་བཀུག་པ་ན། །རྒྱུར་དཀར་གོང་ཅོད་དུན་དུན་ཡིན། །ཡར་  
 ལ་སོ་ཡིས་བཀུག་པ་དེ། །དགྲུང་སྒྲོན་སྒྲེང་ན་ཡོད་པའི་རྟགས། །མར་ལ་

བྱ་བྱར་བཏགས་པ་དེ། འོག་མོ་ཞབས་ལ་བཏིང་བའི་རྟགས། འདི་མིང་  
 པ་ཡེ་སྒྲོན་རྒྱལ་པོ་ཡིན། གནམ་ས་གནིས་གྱི་ཀ་བ་ཡིན། བརྩ་གསུམ་སྟེང་  
 དེར་བབས་པ་ན། ཡེ་ཡི་དམག་དཔོན་བྱ་བ་ཡིན། བྱི་སར་སོ་ཡོན་སོ་བྲག་  
 ན། རང་གི་གྲོང་ཁྱེར་བརྒྱལ་བ་ཡིན། འདི་སྟེར་གྱི་ནང་ནས་སྟེར་ཞིག་  
 ཡིན། རྟེ་ཡི་བྱ་སྟེར་གཅིག་བརྒྱལ་ན། སྟེར་དཀར་འབྲུག་མགོ་སྟག་སྟེང་  
 བརྒྱལ། དམག་ཆེན་འདེགས་པའི་མོ་ལ་བཟང་། དམག་དཔོན་བསམ་པ་  
 འབྲུལ་བ་ཡིན། ར་གནིས་བརྒྱལ་པར་གྱུར་བ་ན། ལྟ་ཁང་བཤམས་ལེགས་  
 ཆར་བ་འདྲ། ལམ་གཅིག་བབས་པའི་དུས་བྱུང་ན། ལྟ་ཁང་ཁྱེད་མགོ་ཆར་  
 པ་ཡིན། བྱ་སྟག་བྱང་ཅན་ལ་བརྩ་གསུམ་སྟེ། འབྲུམ་ཆོ་གསུམ་གྱི་དམག་  
 ཡག་ནས། བྱེ་བ་ཅམ་གྱི་གནང་ཐོབ་རུས། སྟེར་གྱི་ར་བཞི་བརྒྱལ་བ་ན།  
 ཀོང་ཆེ་རི་བོ་མཆོག་རབ་ན། ཟུར་ལ་འགོ་བ་རིགས་དུག་བརྒྱལ། སྟེང་སུམ་  
 ཅུ་ལྟ་གནས་ཐམས་ཅད་དེ། མོ་མདུད་པ་འདི་ལ་ཆང་བ་ཡིན། ལར་སོ་  
 ལ་བཟང་བོ་མ་མཆིས་ཀྱང་། འདི་ལ་བཟང་བོའི་བཤད་པ་མང་། གཞན་  
 ཡང་སྟེར་གྱི་རིགས་ཡིན་པ། སང་དང་བྲག་གི་དབྱེ་བ་ནི། ཤིན་ཏུ་མང་  
 བར་མཆིས་མོད་གྱི། སོ་སོའི་སྡེ་ཆོན་ནང་དུ་འཆད། སྟེར་དང་སྟེར་སྟང་  
 ཐང་ལེ་དང་། སོ་སྟེར་སུམ་སྟེར་སྟེར་ཆོན་སྟེར། བྲག་དམར་མགོན་པ་  
 ཀོང་ཅེ་དུན། སྟེར་གྱི་ལྟང་ལྟང་མཆོད་བརྒྱད་ཟེར། རྟེ་བརྩ་པ་མན་ཆད་  
 གར་བབས་ཀྱང་། བརྩ་གཅིག་ཉོང་དམར་དག་དང་ནི། རིང་དིང་སྟོ་བརྒྱལ་

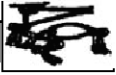

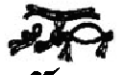

བབས་པ་ན། །ལོ་མ་རྒྱས་ནས་རྩ་བ་བྱད། །རྩེ་སྟོར་བྱན་གཡོག་འཐོར་བ་  
ཡིན། །མཐུ་བྱད་གཏོང་ན་བཟང་བ་ཡིན། །འབྲི་བརྒྱ་གོད་ཀྱིས་བསད་པ་  
ཡིན། །བཙུ་གཅིག་ཅེ་ར་མགོ་བཤུག་ན། །སྒྱུར་དཀར་ལྷ་ལུང་གནས་དང་  
འཕྲད། །རྩ་བ་སྒྲོམ་ལ་རྩེ་མོ་རིང་། །ཡལ་ག་མང་ལ་འབྲས་བུ་སྒྲིན། །མ་  
གཅིག་ལུ་བརྒྱད་མཉམ་དུ་དཔལ། །ནད་པ་མིན་པ་ཅི་ལ་བཟང་། །དེ་སྒྱུར་  
ཀྱི་ལན་དུ་དིང་དིང་ན། །སྒྲོན་པའི་གཏོ་སེལ་ཡག་པ་ཡིན། །ཉ་མོ་རྒྱལ་འདོད་  
མཆོ་དང་འཕྲད། །སྒྱིན་དིང་སྒྲོན་པ་དམེ་ལ་ཐང་གསུམ་མཐོལ། །གལ་བར་  
སྒྲོན་པ་མཁར་དང་འཕྲད། །བྱ་ཡུན་དམེ་ཡི་འགགས་ལས་ཐར། །བྱ་བུར་  
ལྷ་ལྷམ་ཁྲུས་ཀྱིས་དག །ལུས་མཆོ་ལས་འོར་སྒྲ་ཐོན། །མ་ཆོ་བྲག་ལ་ལྷོན་  
ཤིང་སྒྲིམ། །སྒོ་ཆོ་སྒྲོན་པའི་ལུ་ཏིག་དོ་ཤལ་ཡིན། །དལ་དག་སྒྲོན་པའི་མགོ་  
ཡི་མདུན་ལུང་ཡིན། །སྒྱུ་དཀར་འབྲི་མོ་གདང་ལ་བསྒྲིག །ཐང་ལེ་འབྲི་བརྒྱ་  
འཕེལ་གཡང་ཆད། །ཆོལ་ཆོལ་མི་སྒོག་བདུད་ཀྱིས་བཅད། །བག་ཆོ་དམེ་འདྲེ་  
དག་སྒར་རེད། །ཁྱུང་བརྒྱད་རི་རྒྱལ་རྩེ་མོ་ལྷ། །བྱ་རྒྱལ་ཁྱུང་གི་བསམ་པ་  
འགྲུབ། །ཨ་ཁད་སྒྲོན་སྒྲམ་ཁ་ལྟེ་བདེ། །རང་སྒྲོན་སྒྲོན་པས་པ་ཡུལ་བསྒྲགས། །  
སྒང་ཟེ་བརྒྱ་ཁ་ཐལ་མོས་ཁེབ། །བྱོད་ལུར་བྱེད་ལུང་ཆོང་ནས་འཕུར། །དཀར་  
ཐོག་སྒྲོན་གསུམ་སྒྲོན་པའི་མི་གཡང་གོལ། །ལྷི་བུར་བ་མཁལ་ཐང་ལ་ལྷུང་། །  
ཡར་ལྷིང་ཡེ་སྒྲོན་དུང་འཕྲུ་བཙུགས། །སུམ་མཉམ་དམེ་ཡི་མི་གངས་མཐོལ། །  
ཅེ་ར་སྒྲོན་པའི་རལ་གྱི་ཡ་ཆ་ཡིན། །གཡུང་དུང་སྒྲིད་པའི་འཕེལ་ཤིང་རྒྱས། །

གྱུ་བ་སྒྲོན་པའི་མི་གངས་གོལ། །དེ་རྒྱ་ལྟ་གཡང་མི་ལ་བབས། །དམུད་བལ་  
 གཏོ་ཡིས་དམེ་འདྲེ་བུལ། །སྒྱུ་བ་བས་སྒྱུར་སྒོག་སྒྱུ་མ་གྱིས་བཅད། །བྱ་རལ་  
 མི་ཆན་བྱས་སུ་ཤི། །སྒྱུ་སྒྱ་ལོག་པའི་རོ་ཡང་ཡིན། །ལི་ཡན་ཉ་མོ་སྒྱུ་  
 ལ་ཡང་། །མར་ལྗིང་ཡེ་སྒྲོན་མཐུན་གྱིས་ཤོག། །སྒོ་བར་ཆན་མོ་རེ་བྱར་གྱོན། །  
 སོ་ཡོན་སྒྲོན་ཡུལ་ཐུན་པས་ཁེབ། །རུ་སོད་མ་བཅུན་བདུད་གྱིས་འཕྲོག། །མ་  
 ཟེ་སྒྲོན་སར་བཅོན་རྒྱ་རྒྱུག། །ན་འབན་སྤང་རི་ཐོག་གིས་གཏོར། །ཁྲོང་རིགས་  
 རི་སྒྱ་ཤ་འུད་བཅད། །སངས་རིགས་ཐོར་མོ་རྟ་ལྟར་རྒྱུག། །བྲག་རིགས་ཡེ་  
 སྒྲོན་བདུད་གྱིས་བསྐྱས། །བརྒྱུག་ཁ་བཟང་སྤེ་གང་བྱུང་ཡང་། །ཡེ་སྒྲོན་སྤྱིད་  
 གྱི་རར་ཡུལ་ཟིན། །~~མཐུག་~~ །སྒྱུ་དང་བྱ་གྱ་ས་ལ་ལྷུང་། །ཆོལ་ཆེ་ཞེས་སུ་  
 བྱ་བ་སྤྱེ། །ལྷུ་མ་ཁམས་ནང་གི་དངས་མ་ཡིན། །གཡང་དཀར་ཡུག་གི་སྒྲ་  
 མཐུད་ཡིན། །སྒྱུ་མིག་ཟས་སྒྱུ་ཡིད་འོང་ཡིན། །གསེར་དཔུལ་དོན་འབྱུང་  
 གོགས་གྱི་སྒྲ། །ཁྱེས་པོ་སྒྱ་གཉན་འོད་དཀར་ཡིན། །པ་ནི་རྩ་བུ་འབྲུལ་ལྟར་  
 ཡིན། །ཁྱིམ་གསེར་མཆོ་སེར་པོ་ཡིན། །མ་ནི་བ་བཅུན་འབྲུལ་མོ་ཡིན། །  
 །ཁོ་རང་སྒོ་གཉན་མཐུ་ཆེན་ཡིན། །མིང་པ་སྒྲ་ཡི་པོ་ལྟ་ཡིན། །སྒྲ་ལྟར་རྩ་རྒྱུད་  
 བཀོལ་མི་ཡིན། །བར་དུ་མི་རྒྱུད་བཀོལ་མི་ཡིན། །ཐུག་ཕྱི་མ་རྩ་གྱི་འདུལ་  
 མི་ཡིན། །བ་བཅུན་ནལ་གྱི་འདུལ་མི་ཡིན། །ཆོལ་ཆེ་རྩོད་རྩལ་པའི་ལྷགས། །  
 ཡང་ནི་འབྲི་མར་སེར་པོ་ཡིན། །སེར་མོའི་ཐིག་པ་གང་ཡང་སྤྱད། །ཆོལ་  
 ཆེ་མོ་ཡི་སྤྱིང་པོ་ཡིན། །བྱང་ཁོག་སྤྱིད་དུ་བབ་ན་གཅེས། །སྤྱིད་དུ་སེང་ལ་

གཡུ་རལ་རྒྱལ། སྤྲེད་ཏུ་བྱི་བ་ཅི་ཐོག་རྒྱལ། །བར་དུ་སྟག་ལ་ཐང་གལ་རྒྱལ། །  
 ལྷ་སར་ལྷ་སྟིང་འདྲེ་ལ་མ་བརྟན་བཟང་། །མི་སར་མི་སྟིང་འདྲེ་ལ་མ་ཤོར་  
 བཟང་། །ཁྱིམ་སར་བ་ཁོག་འོ་མས་གང་། །ཁྱི་སར་མི་སྟིང་དགའ་ལ་ཤོར། །  
 ལུང་མེད་སྟོ་ཁ་འདེས་དགྲུགས་ངན། །འདི་གཅིག་གི་སྟེང་དུ་བབ་བ་ན། །  
 བདུད་ཅི་ཀ་ར་བུ་རམ་ཡིན། །སྤང་དཀར་མིག་བ་ལྷགས་ལས་སྒ། །བརྒྱག་  
 བ་རོ་བརྟན་ལྷན་བ་ཡིན། །ལྷག་པར་འབྲས་བུ་འདེབས་ན་བཟང་། །གཉིས་  
 རྒྱ་བོད་མཚམས་གྱི་དར་ཟབ་ཡིན། །རྒྱ་བོད་ལག་བ་འཕྲོད་བ་ཡིན། །ལྷག་  
 པར་བཟན་གཡོག་འཛོག་ན་བཟང་། །བཟན་སྟིང་མར་ལས་འཇམ་བ་ཡིན། །  
 གསུམ་སྤང་དཀར་མཐོང་ན་དུང་ལྷག་ཅི། །དུལ་དཀར་མེ་ལོང་མཐིལ་  
 ལེགས་ཡིན། །བརྒྱག་ན་དུང་གི་ལྷག་གྲ་དར། །བཞི་ཅི་བརྟན་མར་དཀར་  
 གདར་དུ་ཡིན། །བརྒྱག་བཟང་རིན་ཆེན་ཟོ་བགཡང་གིས་གང་། །ལྷ་གཏེར་  
 ཁ་སྤྱི་དུ་ལུད་བས་ངན། །བརྒྱག་ན་གཡང་ཟོའི་མར་ཁུ་འོ། །དུག་འབྲས་  
 དཀར་ལོ་ཐོག་ལེགས་བ་ཡིན། །ཁྱིམ་སར་བུ་གཅིག་སྟེ་རོ་ཡིན། །བརྒྱག་  
 བ་འབྲས་ཟོམ་བདུད་ཅིས་གང་། །བདུན་སྟེས་བུ་གཞུ་མཚོག་ཁ་ནས་ཅི། །  
 ཁོང་སྟིང་མ་མོ་བས་ཀྱང་གྲུང་། །བརྒྱག་ན་སྟིང་རྒྱ་འཕེལ་བ་ཡིན། །རྟ་རྒྱག་  
 བ་རྟ་མིག་ལྷགས་ལས་སྒ། །བརྒྱད་སྟིང་བ་སྟིང་གི་ལུམ་ལུམ་ཡིན། །ཉིན་  
 བདེ་མཚན་སྟིང་སྟོ་མི་ཉེས། །བརྒྱག་ན་བྱང་ཁོག་མར་ཁུས་གང་། །སྟེས་  
 ལུང་དཔའ་སྤྲེད་ཐོན་རོ་ཡིན། །དགུ་གཡང་རར་ལྷག་གི་སྟིན་མོ་འཇམ། །




བརྒྱུག་ན་བརྟུང་ཅན་རྒྱུ་ཏུ་ཤོར། །བོན་པོ་ཟ་འདོད་ལྟེ་གཡང་རྒྱས། །བརྟུ་  
 བྱ་ལྷུ་མ་ལྷ་ཁྱིམ་ཅོར་གྱིས་གང། །བརྒྱུག་ན་མཆོལ་བདུད་ཅིའི་ཁ་ཞག་ཆགས། །  
 བརྟུ་གཅིག་དག་སྒྲའི་ར་བ་ལུག་གིས་གང། །དག་སྒྲ་གསོལ་སྒྲིལ་ག་ཐིགས་  
 ཅས་བཞེད། །བརྒྱུག་ན་དག་སྒྲ་བརྟུད་གྱིས་མཉེས། །བརྟུ་གཉིས་སྒྲུམ་ཐིག་  
 བྱི་ལ་ཤོར། །བརྒྱུག་ན་སྒྲིལ་ཅོར་དག་ལ་འཆོར། །བརྟུ་གསུམ་མཆུན་སྒྲིལ་  
 དར་བས་འཇམ། །ཡེ་སྒྲོན་གཡང་འཕེལ་བསམ་པ་འགྲུབ། །བརྒྱུག་ན་བཅོན་  
 ལྷག་འཕེན་གསུམ་འཛོམས། །ཅི་བཏབ་ཅི་ལ་བཟང་བ་ཡིན། །  
 དེ་ཡི་མཁར་མགོར་བརྒྱུག་བྱུང་ན། །ཆོལ་ཆེལ་ག་དཀར་མཆོག་ཏུ་བཟང། །  
 ཡང་ན་གོང་སྒྲོན་ག་ཤོགས་རིང་ཟེར། །མགར་གྱི་སྒྲུམ་ཕོག་ཉིན་བཟང། །  
 མཛེས་པ་དདུལ་དཀར་ཕོག་གུ་དེ། །གང་ལ་བཏབ་ཀྱང་མི་མཛེས་མེད། །  
 མཁོང་སྒྲུ་ཅི་ཆུད་དོ་ཡིན། །དེ་ཕོག་ཆོལ་ཆེའདན་དཀར་རམ། །འཛེར་དཀར་  
 ཞེས་བྱ་ལག་དམར་ཟེར། །ལ་ལས་ཆོལ་ཆེལ་ག་ཟན་ཟེར། །ལུག་ཟན་མགོན་  
 ཞིག་སྒྲེབས་ལ་ཁད། །ནང་གོག་བྱི་ལ་འགོ་དོ་ཡིན། །དེ་མིན་ཅི་བཏབ་བཟང་  
 ཀྱང་ཟེར། །སྒྲོ་བརྒྱུག་ལུ་དམར་གྱི་ཐོགས་ཡིན། །ཡང་ན་གཡལ་ནག་མཆུ་  
 ཆིངས་ཡིན། །ལ་ལས་གཡལ་ཟན་ཞེས་སྒྲུ་འབོད། །ཆོལ་ཆེའདན་གི་སེ་སྒྲོད་  
 ཡིན། །བརྒྱ་ཆོ་སྒྲུ་ཡི་བར་ཟོར་ཡིན། །སྒྲོད་ཆོ་གི་བའི་འབྲུབ་ཁུང་ཡིན། །  
 ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་འདྲ་བ་ཡིན། །ཁྱད་པར་གིང་ཁམས་ལོ་བའི་བདུད། །  
 །ཆོལ་ཆེའི་སྒྲུམ་ལ་བརྒྱུག་བཅས་ན། །ཆོལ་ཆེའདན་དཀར་ལུག་

གུ་སྟིང་། །ཁོག་པའི་ནང་གི་སྟིང་དེ་ཡིན། །ཟས་ཞེས་བརྟུང་ཅི་རོ་མཚོག་  
 ཡིན། །རེག་འཇམ་གོས་ཀྱི་ན་བཟའ་ཡིན། །སྟིང་ལ་དམར་བའི་ནོར་སྒྲ་  
 ཡིན། །རང་སར་ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་། །གལ་ཏེ་སྒྱུ་མ་ལ་བརྒྱག་གཉིས་  
 ན། །ཚོལ་ལེ་ཡང་སྟིང་གོང་དཀར་ཞེས། །ཡང་དག་བརྟན་པའི་རྒྱལ་པོ་  
 ཡིན། ། མ་ལུ་གཉིས་ཀའི་བརྒྱག་བཟང་འདི། །ཚོལ་ཚེ་མ་བྲ་ལུ་  
 བྲ་ཡིན། །གཡང་དཀར་མ་རེས་ལུ་རེ་བྲིད། །ཉི་ལྷ་སྒྲར་གསུམ་ཤར་བ་ཡིན། །  
 །ཁོག་སྟིང་དཔལ་བའི་མིག་བཟང་ཡིན། །བྱི་ས་བཞི་ལ་བབ་མི་རུང་། །ཁོག་  
 པས་མ་ཚོར་སྟིང་བུད་ཡིན། །ཚོལ་ཚེ་མ་ལ་བརྒྱག་གཉིས་འདི། །  
 ཚོལ་ཚེ་མ་ལ་མེ་རུམ་ཡིན། །མི་མང་དྲ་ལུག་སྒྲོང་རོ་ཡིན། །དེ་བཞིན་མ་བརྒྱག་  
 གཞན་བ་ནི། །གཉིས་བརྒྱག་དང་ནི་གསུམ་བརྒྱག་དང་། །མ་ལུའི་བརྒྱག་  
 །ཁ་འདོམ་རྒྱལ་བཅས། །ཅུ་བའི་རིགས་ལས་རྗེས་སུ་དཔག །  
 ཚོལ་ཚེའི་མ་ལ་ལུག་གཅིག་འཇུས། །སྒྲ་བྲག་ཚོལ་ཚེ་ཞེས་སུ་བྱ། །ཁྱི་རྒྱ་རར་  
 མའི་ལུགས་ཁམས་ཡིན། །མ་བརྒྱག་སྒྲ་བྲག་ཁར་བ་ཡིན། །ཡང་ན་ལི་རྒྱུངས་  
 དཀར་པོ་ཟེར། །ཁ་ཉིའི་ཁམས་ཡིན་ཅི་ལ་ངན། །ལུ་བརྒྱག་དྲུང་ཁག་ལུག་ལུ་  
 སྟིང་། །ཡང་ན་ཁྱི་རྒྱ་ལས་མདའ་ཟེར། །བརྒྱག་གི་ཁ་བྲག་ཡང་དག་ཡིན། །  
 ཚོལ་ཚེའི་མ་ལ་སོ་ཡིས་བཀུག །སྒྲུ་བྲག་ཚོལ་ཚེ་གྲུ་ཡི་སྟིང་། །  
 །སྒྲུ་བྲག་ཚོལ་ཚེའི་མ་བརྒྱག་ན། །སྒྲུ་བྲག་ཚོལ་ཚེ་ཉིད་བརྒྱག །འདྲེ་སྟིང་  
 ལྟ་ཡིས་བརྒྱག་བ་ཡིན། །ལུ་བརྒྱག་འཆི་མེད་བརྟུང་ཅི་ཡིན། །བཀྲ་གིས་བྲབ་

དཀར་བརྒྱུག་ཀྱང་ཟེར། །ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་ཡིན། །མ་སྤྲུག་ཉིས་  
 ཀར་བརྒྱུག་སོང་ན། །ཚོལ་ཆེ་འཕར་མ་དར་ཆེན་བརྒྱུག །གནམ་ལྷགས་  
 དབལ་གྱི་ཐོག་ཚོད་འདི། །རང་སའི་བཅན་ས་གར་བབ་བཟང་། །བདེ་སྦྱིད་  
 འཕེལ་ཁ་ཆུས་ཐོབ་ཡིན། །ཁྱི་སར་ཤོར་དུ་མི་རུང་ངོ་། །ཁྱི་སར་ཤོར་ནས་  
 ལན་ལད་ན། །བདེ་སྦྱིད་འཕེལ་ཆུས་ཤོར་བ་ཡིན། །ཅུ་མོ་ལད་ན་གཏོ་མེད་  
 ཡིན། །~~མཚོལ་ཆེ་མ་ཡི་ཐིག་གི་ཉིས་~~ །མོ་རྟས་བཟུང་ན་དུམ་ངམ་  
 ཚོལ་ཆེ་ཡིན། །འབྲུ་དང་ཅེ་ཆ་དང་བཅས་བརྒྱུག །དུམ་ངམ་ཨ་མེ་ལི་ཡི་ཚོལ་  
 ཆེ་ཟེར། །བརྒྱ་རྩ་ལོ་བརྒྱུག་ཀྱང་ཟེར། །དབྱིག་མཚོན་གཉིས་ཀ་འདི་ལ་ཆར། །  
 དར་མའི་ནང་གི་དར་མ་ཡིན། །~~དུམ་ངམ་ཚོལ་ཆེ་མ་ཡི་ཐིག་གི་ཉིས་~~ །  
 ཕན་ཚུན་ཅམ་ཐིག་ཏུ་སོང་ན། །དུམ་བྲག་ཚོལ་ཆེ་བྱ་བ་ཡིན། །དུམ་བྲག་ཁོང་  
 སེང་ཁྲ་མོ་འང་ཟེར། །དེ་ཡི་སྤུ་ལ་བརྒྱུག་སོང་ན། །ཁྲ་མོ་འང་ཆོན་རིས་  
 སྤུ་བརྒྱུག །དབལ་མ་དབལ་དང་མ་བྲལ་བ། །ཐུགས་ཀར་དབལ་མ་ཡང་  
 དག་ཡིན། །~~ཚོལ་ཆེ་མ་ཡི་ཐིག་གི་ཉིས་~~ །ཚོལ་ཆེ་མ་ཡི་ཐིག་གི་ཉིས་ །འཕེལ་ན་གིང་  
 ཤག་ཚོལ་ཅུ་ཡིན། །གིང་ཤག་ཚོལ་ཅུ་གིང་གི་བདུད། །འབྲུ་བརྒྱུག་གཟིག་  
 མོ་དར་ཆེན་ཡིན། །བཟང་ཡང་དག་ཚོལ་ཆེ་བསམ་སྦྱིང་ཡིན། །དེ་ལྟར་ཚོལ་  
 ཅུ་ལྟར་མ་ལྟ། །ཚོལ་ཅེ་འི་ནང་གི་བྲག་རིགས་ཏེ། །རྩུང་ཟད་རྩུབ་བ་ཡིན་  
 བར་བཤད། །དེ་ཡི་བརྒྱུག་བཟང་དང་སམ་རྣམས། །ཐུགས་ཀར་བྱ་དགའི་  
 སྤྲུ་མ་དུད་ཡིན། །རང་སར་བབ་ན་གིན་ཏུ་བཟང་། །དེ་དེ་ཁྱི་སར་སྒྲོ་བྲག་

དན་མེན། །དག་བསད་མགོ་བྱེད་དུ་མ་ཡག །ཡུལ་དགུ་གོང་དགུའི་ནོར་ཐོབ་  
 དཔལ། །ལྷག་པར་དཔལ་གི་མོ་ལ་བཟང་། །འདི་རང་སར་བབ་ནས་ཅེ་འཛིན་  
 བཟང་། །འཇུག་པའི་ཡུལ་དགུ་འཛིན་དོ་ཡིན།། ~~མེད་པའི་~~ ཆོས་ཅེ་འཇུག་དེ་  
 སད་དུ་སོང་། །སད་དཀར་ན་ཐུན་ཆོས་ཅེ་ཟེར། །ལྷ་ཡི་ཡང་སྒྲིང་དཀར་པོ་  
 ཡིན། །ལྷ་ཡི་ནང་གི་ཡང་ལྷ་ཡིན། །དག་སྒྲའི་དཔལ་སེམས་དཀར་པོ་ཡིན། །  
 རང་སའི་བཅོམ་ས་གར་བབ་བཟང་། །དེ་ཡི་མ་ལ་བརྒྱལ་ཚུལ་དང་། །མ་  
 ཡི་མདུད་ལུགས་ལ་བརྟེན་ནས། །སྐྱ་བྲགས་དང་ཀར་ཆོས་ཅེ་སོགས། །  
 ཆོས་ཅེ་འཇུག་སྐབས་སུ་བཤད་ལྟར་གཤམ། །སྐྱ་བྲག་སད་ཆོ་ལུགས་ཟན་ཡིན། །  
 ཤིང་གསལ་སད་ཆོ་གཡག་ཟན་ཡིན། །སྐྱ་བྲག་སད་ཆོ་རྟ་ཟན་ཡིན། །དག་  
 སྐྱ་གསོལ་དོ་སྐྱོན་གསུམ་ཡིན། །དེ་ནམས་སྐྱ་གཙུག་བརྒྱལ་བྱུང་ན། །སྐྱ་  
 བྲག་སད་ཆོ་མེ་ཆ་བརྒྱལ། །ལ་སོགས་མིང་གིས་འདོགས་པ་ཡིན། །ཡང་ཅེ་  
 ཡང་སྒྲིང་ཡང་གོང་ཡིན།། ~~མེད་པའི་~~ ཆོས་ཆེ་མོ་རྟ་བག་ལ་སོགས། །བག་  
 ཆོ་སྒྲིབ་གྱི་སྐྱ་མདུད་ཡིན། །འཕྱོར་པོ་ནོར་མེད་ཡིན་ཀྱང་ཟེར། །ཡུལ་མོ་  
 ཞིང་གི་འཆོ་རྩི་ཡིན།། ~~མེད་པའི་~~ དེ་ཡི་བྱ་གཙུག་བརྒྱལ་པ་ན། །བག་ཆོ་ཁ་  
 རྒྱུ་ཞེས་སྐྱ་བྲ། །ཁ་རྒྱུ་རྩི་སྒྲིབ་ཁ་མོ་འདི། །ཁ་རྒྱུ་མིག་གི་འབྲས་སུ་ཡིན། །  
 སྐྱ་གཙུག་གི་བརྒྱལ་བ་ཁ་རྩི་ཆེན་ཡིན། །ཁ་ཤོག་རྒྱུ་ཁ་སྐྱ་དག་སྐྱ་མཉེས།།  
 བག་ཆོ་མ་དག་འ་བྱ་སྒྲིད་ཟེར། །ཁྱིམ་སར་ཁང་པོའི་ནོར་གྱིས་འཛོང་། །སྒྲིབ་  
 གྱི་བང་མཛོད་ཆར་དུ་འབེབས།། ~~མེད་པའི་~~ དེ་ཡི་སྐྱ་གཙུག་སད་དུ་སོང་། །

སང་གི་བག་ཚོ་བྱ་བ་ཡིན། །གཡོག་འཁོར་བག་མའི་སྒྲ་རི་ཡིན། །སྟོང་གསུམ་  
 དག་ཏུ་འདི་བབས་ནས། །ལན་དུ་འབྲེལ་ཁམས་བཟང་རིགས་ན། །མི་ནི་  
 རང་ཡུལ་སྦྱིད་བ་ཡིན། །རྟ་བླ་བེས་སུ་དལ་བ་ཡིན། །སྤྱིན་གྱི་རང་ཡུལ་བདེ་  
 བ་ཡིན། ། སྤྱུམ་དེ་གཉིས་ཀ་སང་ཡུར་ན། །སང་བག་ཚོ་ཅོ་རི་དཀར་  
 རོ་འམ། །ཀླུ་འདལ་མཐུ་ཆེན་སྒྲ་མདུད་ཡིན། །རང་སར་བབ་ན་ཅི་ལ་བཟང་། །  
 གཅིག་གི་སྟེང་གི་བག་ཚོ་ན། །སྟོ་སྤྱིན་ས་ནས་འཐོན་བ་ཡིན། །གཉིས་སྤྱིན་  
 དཀར་ཐིབ་རོ་ས་ལ་བྱིང་། །གསུམ་སྤྱིན་གྱི་བར་མཛོད་ཆོས་བ་ཡིན། །བཞི་  
 གྲུ་ཆང་གཡུ་སྤྱིན་འབྲིག་བ་ཡིན། །ལུ་བྱ་སྤྱིང་མག་རོ་མཐའ་ལ་ཡལ། །དུག་  
 བྱིམ་ཆང་ནང་དུ་ཁོར་སྒྲ་འཇུགས། །བརྒྱད་སྤྱིན་པའི་ཁྲ་གྱི་སྟོག་རྟེན་ཚུགས། །  
 དགུ་སྤྱིན་དཀར་ཆུ་སྒྲ་འཐོར་བ་ཡིན། །བཅུ་མཁའ་ལ་ཆུ་སྤྱིན་འབྲིགས་རོ་  
 ཡིན། །བཅུ་གཅིག་སྤྱིན་གསེབ་ཆུ་བུམ་འབེབ། །བཅུ་གཉིས་སྤྱིན་མཛོད་  
 རྒྱུད་གིས་གཏོར། །བཅུ་གསུམ་ལྟོ་སྤྱིན་དགྲུང་དུ་ཁེབས། །བཅུ་དང་སང་  
 རོ་མེད་པས་བཟང་། །བག་ཚོའི་ལན་དུ་གོང་ཅི་དུན་དུན་བཟང་། །མིང་པའི་  
 རྟེན་གཤེད་མཆོག་ལ། །བསྐྱལ་པའི་བསྐྱོས་གཤེད་མི་འགྲུང་བཟང་། །དེ་ཞི་ཆོལ་  
 ཆོལ་ལན་དབྱེད་ལ། །སྤྱུམ་དང་ཐུང་རལ་ལི་ཡན་གསུམ། །ཆོལ་ཆོ་བསང་པའི་  
 བཤན་བ་ཡིན། །ཐུང་ཁད་སེ་སྟོང་སོ་ཡོན་གསུམ། །ཆོལ་ཆོ་བརྒྱག་པའི་ཐུང་  
 འདྲི་ཡིན། །ཁྲོད་དང་སྟོ་བར་ཐང་ལེ་གསུམ། །ཆོལ་ཆོ་བརྒྱུ་པའི་རྒྱན་བུ་ཡིན། །  
 མར་ལྗིང་བྱ་མེད་སྟོ་བརྒྱག་གསུམ། །ཆོལ་ཆོ་མཐོ་པའི་མཐོ་ནོན་ཡིན། །བག་

ལྷོ་མོ་སང་གྲོས་མི་གསུམ། །ཆོལ་ཆེ་བསང་བའི་དུག་མཚོན་ཡིན། །དེ་རྣམས་  
བབ་ན་སེལ་བསང་བྱ། །མདོ་འདོན་ལྷ་གསོལ་གསལ་མཁར་བརྩིགས། །  
དིང་དིང་དམུ་དག་སྒྱེར་སྒྲུང་གསུམ། །ཆོལ་ཆེ་གསོ་བའི་བདུད་ཅི་ཡིན། །  
གལ་བར་ཡར་དིང་མ་ཆོག་གསུམ། །ཆོལ་ཆེ་འཕེལ་བའི་འཕེལ་ཁ་ཡིན། །གཡུང་  
དུང་དཀར་ཐོག་སང་ཁམས་གསུམ། །ཆོལ་ཆེ་བཟང་བའི་བཟང་གོགས་ཡིན། །  
དེ་ལྟར་བབས་ན་མི་ནོར་འཕེལ། །ཆོལ་ཆེའི་ལན་དུ་དིང་དིང་ན། །ཆོལ་ཆེ་  
གསོ་བའི་བདུད་ཅི་ཡིན། །སྒྱིན་དིང་དོག་མོ་མ་འགྲུལ་བཟང་། །གལ་བར་  
ཆོལ་ཆེའི་འཕེལ་ཁ་ཡིན། །བྱ་ཡུན་ཁབ་ལ་ཉི་ཤར་བཟང་། །བྱ་བུར་འོ་མའི་  
མཚོ་མོ་འཕྱིལ། །མུ་ས་ཁབ་ཆེན་སྐར་འོད་བཀྲ། །ཕ་ཆོ་མར་ཁུའི་མཚོ་མོ་  
འཕེལ། །སྒོ་ཅི་ཤིང་ལྷགས་ཁ་འདམ་བཟང་། །དམུ་དག་ཆོལ་ཆེའི་སྒོག་  
གསོ་ཡིན། །སྒྱེད་དཀར་ནད་སོས་དག་རྒྱལ་མི་ཕོ་འཕེལ། །སྒྱེར་སྒྲུང་ཆོལ་  
ཆེའི་བདུད་ཅི་ཡིན། །ཆོལ་ཆེ་ཁབ་ཀྱི་རྒྱན་ཐག་ཡིན། །ཁྱུང་བརྒྱད་ཁྱུང་སྒྲོང་  
ནོར་བུས་གང་། །ཨ་ཁད་འང་འཚོན་རི་མོ་བཀྲ། །རང་སྒྲན་ཁ་ཟས་གཏམ་  
སྒྲན་འཕེལ། །སང་ཁམས་ཆོལ་ཆེའི་བཟང་གོགས་ཡིན། །སང་ཟེ་ཕྱིང་དཀར་  
སྒོགས་བུ་བཏགས། །བྱོད་ཕུར་མགོན་ལ་ཕྱེ་མར་བསྒྲིག། །དཀར་ཐོག་ཆོལ་  
ཆེའི་བཟང་ཁ་འཛིན། །ལྷོ་བུར་ཤ་ལ་གྱི་ཡིས་བཅད། །ཡར་ལྷིང་ཆོལ་ཆེ་ཡར་  
ལ་འཕེལ། །སུམ་མཉམ་མར་ཆོང་ལམ་དུ་ཞུགས། །ཅི་ར་བང་མཛོད་ནོར་  
གྱིས་གང་། །གཡུང་དུང་ལྷ་ཡིས་སྒྲོང་གོགས་བྱེད། །ཀྱེ་བ་མདུད་ལ་དར་ཆེན་

བདག་སྐྱེ། །ད་རོག་ཁྲབ་ལ་གསེར་ཅི་བྱས། །དམ་དབལ་མདུང་ལ་རྩོད་རར་  
 བརྒྱན། །སྒྱུ་མ་རིགས་བཟང་སྟེ་ཆར་ཚུ་དུས་སུ་འབབ། །བྱ་རལ་འབྲི་མར་  
 ཁྱིམ་སྒོ་སྐྱོ། །འཇའ་སྒྲིན་རྒྱུད་གིས་གཏོར་བ་ཡིན། །ལི་ཡན་འབྲི་མར་འགོང་  
 རོས་བརྒྱས། །ཤག་ལེ་བྱིད་དཀར་རྒྱུད་གིས་ཁྱེད། །མར་ལྗིད་མར་ཁུ་ཐང་  
 ལ་ཤོ། །སྒྲོ་བར་བྱི་སྒྲོད་དུ་མ་བུར་འཐོར། །སོ་ཡན་དུ་མ་གཉན་གང་ལ་ཐོག་སྐྱེ།  
 རུ་སྒོད་ལྷག་སྐྱེ་མཁའ་བདུད་ཀྱིས་སྒྲོག། །མ་ཐེག་སེར་སྒྲུལ་དུག་གིས་བསང། །  
 བ་འབབ་ཁྲབ་བྱུང་དུ་མ་བུར་འཐོར། །སྟེ་སྒྲོད་མར་ཁུ་ཁྲག་མཆོར་སྟེང་། །  
 རྩོད་བྱས་དན་རིགས་གང་ཡང་དན། །བརྒྱག་ཁ་བཟང་སྟེ་གར་བྱུང་བཟང་། །  
~~སྒྲོ་མོ་ཡོག་སྒྲོ་རུ་སྟེང་བ་ལ།~~ །གྲུ་གསུམ་ཐིག་འཇུས་སྐྱེ་ལ་ལྷུང་། །ཁྱུང་  
 བརྒྱད་མཛོ་མོ་རུ་རིང་ཡིན། །ཁྱུང་དཀར་མཛོ་ཡི་སྒྲུ་མདུད་ཡིན། །མཁའ་  
 ལྗིད་ཁྱུང་གི་མོ་མདུད་ཡིན། །སྒྲུ་གཉན་མཛོ་ལྷོག་འདུལ་མི་ཡིན། །སྟེང་དུ་  
 བབ་ན་ཁྱུང་སྒྲུག་ཡིན། །ཁྱུང་གསོག་དུག་རྒྱས་བས་བར་སྣང་ཁེབས། །  
 སྒྲུང་དུ་བབ་ན་ལྷོག་ཆུང་ཡིན། །ལྷོག་ཆུང་འགྱུར་སྒྲུང་ཁྲ་ལ་ལ། །བར་དུ་  
 རྒྱ་ཁྲོར་བ་ཡིན། །རྒྱ་ཁྲ་ཡང་རྩལ་རྩོགས་བ་ཡིན། །ཁ་ཅི་གནམ་ལྷ་རྩོ་  
 རྒྱལ་ཡིན། །ཁ་ཅི་མཆོ་སྒྲན་ལྷ་མོ་ཡིན། །བྱ་དེ་བྱ་ཁྱུང་རུ་རིང་ཡིན། །ཤར་  
 བ་དོ་རྩོ་བྱ་ཁྱུང་ཡིན། །ལྷོ་ན་རིན་ཆེན་བྱ་ཁྱུང་ཡིན། །ཁུབ་ན་དབང་གི་བྱ་  
 ཁྱུང་ཡིན། །བྱང་ན་ཐིན་ལས་བྱ་ཁྱུང་ཡིན། །དབུས་ན་ཡེ་ཤེས་བྱ་ཁྱུང་ཡིན། །  
 རང་སྐྱེ་བཙན་སྐྱེ་གར་བབ་བཟང་། །~~སྒྲོ་མོ་ཡོག་སྒྲོ་རུ་སྟེང་བ་ལ།~~ །འདི་ཡི་སྐུ་ལ་བརྒྱག་གཅིག་

བཅས། །ཁྱུང་བརྒྱད་དཔལ་མདངས་ལྷ་བ་རིས། །འོན་དང་ཁྱུང་པོའི་སྤྲེལ་པ་དྲུང་  
 ཡིན། །ཁྱུང་ལ་ཐུག་ཀྱང་གཅིག་ལས་མེད། །ཁྱུང་མི་གངས་ཉུང་སྟེ་མི་འབྱུང་  
 བཟང་། །བཅུ་གསུམ་སྟེང་དུ་བབ་བ་ན། །དཔག་བསམ་ཅེ་མོ་ཁྱུང་གིས་བསྐྱུང་།  
 །ཁ་དྲག་མོ་ཡི་སྐྱུང་ཅིག་ཡིན། །དེ་ཡི་ར་གཉིས་བརྒྱག་བྱུང་ན། །ཁྱུང་བརྒྱད་ཁྱུང་  
 ཆེན་དབང་ལྡིང་ངམ། །ཁོ་ལྟའི་བྱ་དཀར་མཆོལ་ཐིག་བརྒྱག་ །ཡོངས་གྲགས་  
 ཁྱུང་བརྒྱད་མཆོལ་ཐིག་ཟེར། །ཁྱུང་ལ་གཤོག་དྲུག་རྒྱས་བ་ཡིན། །སྤྱི་དཔོན་  
 རྒྱས་བདག་མོ་ལ་བཟང་། །ཆོབ་ཆེན་ནད་པའི་མོ་ལ་ངན། །ཁྱུང་གཤོག་དྲུག་  
 རྒྱས་ན་འཕུར་འདོད་ཡིན། །གསུམ་བརྒྱག་ན་ཁལ་ཁྲོལ་ཆེན་པོ་འཕུ། །མཁའ་  
 ལྡིང་དུང་ཁྱུང་ལོར་ལུ་བརྒྱག་ །བཅུ་གཅིག་བཅུ་གསུམ་འདི་བབ་ནས། །ཁྱི་  
 སར་གཅོད་སྟར་སྟན་དགྲ་ན། །བྱ་རྒྱལ་ཁྱུང་ཆེན་ཆོང་ནས་བཞེངས། །ཁྱུ་  
 རྒྱལ་གཙུག་གི་ལོར་ལུ་ཐོད། །ཁྱུ་ཡི་གོང་ཁྱེར་བརྒྱད་ཅུ་བཅོམ། །རྒྱས་རྒྱལ་  
 ལོར་ཐོབ་དགྲ་གསོད་རྒྱས། །འདི་ཡང་དམག་གི་མོ་ལ་བཟང་། །སྒོ་བརྒྱག་  
 ཁྱུང་ཁར་ཁྲེལ་ཐག་བརྒྱག་ །དུང་ཁྱུང་གིང་གི་ཅེ་ནས་སྟུང་། །~~ཁྱུང་ཁྱུང་~~ ཁྱུང་  
 གི་སྒོ་ཉེ་རྒྱུང་དུ་སོང་། །རྒྱང་ཁྱུང་བརྒྱད་དུང་ཁྱུང་གཤོག་ཆད་ཡིན། །གཤོག་  
 དྲུག་ཡོད་ཀྱང་འཕུར་ཐབས་མེད། །ཁྱུང་པར་མཛོལ་མོ་ལ་ངན། །རང་སར་  
 རྒྱང་ཁྱུང་བབ་ནས་སྟ། །ཁྱི་སར་བཏགས་བ་བཟང་སྟེ་ན། །ཁྱུང་པོའི་མཛོ་  
 གདང་ཞིག་བ་ཡིན། །རྒྱང་ཁྱུང་ལུ་ལ་བརྒྱག་གཅིག་སོང་། །རྒྱང་ཁྱུང་འཕུར་  
 ལྡིང་རྒྱག་འཕྱུལ་ཟེར། །རྒྱང་ཁྱུང་ནད་གི་སྤྱི་ཐོག་རྟེ། །དུང་ཁྱུང་ལུས་ལ་གཤོག་



དུག་རྒྱུ། །ཁྱུང་ཚད་གོང་མར་བབ་ན་གཅེས། །ཁྱུང་ཚད་གོང་མ་བཅུ་གསུམ་  
ཡིན། །དམག་དག་གཉིས་ལས་རྒྱལ་དོ་ཡིན། །བརྒྱག་གཉིས་ཏྱིང་ཁྱུང་ཡིད་  
བཞིན་ནོར་བུ་བརྒྱག། །ཁྱུང་གི་གཙུགས་ལ་ནོར་བུ་ཐོབ། །རྒྱལ་པ་ལན་གསུམ་  
ཐོབ་དོ་ཡིན། །འདི་ཕྱི་སར་བབ་ནས་ལན་ལད་ན། །དག་ཡི་དྲུང་ཐ་གཤོག་  
དུག་རྒྱུ། །བརྒྱག་གསུམ་ཏྱིང་ཁྱུང་གནམ་ས་འི་རབ་བརྒྱག། །བརྒྱ་ལ་ལན་  
གཅིག་བབ་མྱིད་ན། །རང་སའི་བཙན་བྱིས་གར་ཡང་བཟང་། །སྒྲ་རྗེའི་ཁྱུང་  
ཚད་ཕབ་དོ་ཡིན། །ཁྱུང་ཚད་ནང་ནས་སལ་སིལ་ཐོབ། །གོ་མཚོན་སྣ་དགུ་  
གནང་དུ་ལོན། །ཞོན་ཏུ་ཁྱུང་ལ་བྱས་ནས་སྟ། །ཁྱུང་མགོ་ཙོང་གིས་བབ་ནས་  
ནི། །གནམ་མཐའ་ལན་གསུམ་བསྐྱོར་བྱས་ནས། །རང་གི་ཡུལ་དུ་ཐལ་  
གིས་སླེབས། །དག་སོད་དོན་གྲུབ་གནངས་གིས་འཆོངས། །



ཁྱུང་བརྒྱད་བུ་གསུམ་སུམ་ཚུགས་འབྲེལ། །དེ་ཡི་གར་བུང་སྟུག་གུས་འཇུས། །  
ཁྱུང་བརྒྱད་ཐ་མོ་ཁོང་སང་ཟེར། །བདུད་ཅིའི་སྒྲ་བ་དོག་པོ་ཡིན། །དེ་ཡི་སྒྲོ་དེ་  
ཏྱིང་དུ་སོང། །ཏྱིང་ཁྱུང་འིན་ཆེན་ལུ་གུ་རྒྱུ། །ཁྲུ་གདོལ་པ་འདུལ་བའི་གཉེན་  
པོ་ཡིན། །དེ་ལྟར་བརྒྱག་མེད་ཅ་བ་བཞི། །ཁྱུང་བརྒྱད་དུང་མཚོ་སྒྲེ་བཞེར་  
བཤད། །ད་གཅིག་གི་སྒྲེད་དུ་ཁྱུང་བརྒྱད་ན། །རྒྱལ་པོ་གདན་ལ་བཞུགས་  
པ་ཡིན། །བརྒྱག་ན་ཐམས་ཅད་དབང་དུ་བྱེད། །གཉིས་གིང་སློན་ནེའི་མགོ་  
ལ་བྱ་ཁྱུང་བབ། །བརྒྱག་ན་ར་ཚད་ནང་དུ་རྒྱལ་པོ་བྱོན། །གསུམ་ཁྱུང་སྟུག་  
སྒྲོ་འདི་ནང་ན་འཕེལ། །བཞི་སྒྲུ་རྒྱུང་ནང་དུ་ཁྱུང་ཆེན་ཕེབ། །བརྒྱག་ན་སྒྲུ་སྒྲིན་

ཐུལ་བ་ཡིན། །ལྷ་ཁྱུང་གཤོག་ངམ་གྱི་བྲག་ལ་བརྟེན། །བརྒྱག་ན་ཅི་བྱས་  
ལམ་མི་འགོ། །དྲུག་བ་བཙུན་འདུག་ས་ཁྱུང་གིས་ཐོག། །བརྒྱག་ན་གཏོ་སེལ་  
ལམ་མི་འགོ། །བདུན་བྲག་དམར་དབུས་ལ་ཁྱུང་ཆོང་བཅས། །བརྒྱག་ན་  
མགོན་ལེགས་དག་སྤྲུལ་ཡིན། །བརྒྱད་ཤེལ་བྲག་དྲུང་ཁྱུང་དཀར་པོས་བསྐྱུང་།  
བརྒྱག་ན་དམག་ཆེན་དག་སྤྲུལ་ཡིན། །དགུ་མིན་གྱི་དྲར་བྱ་སོ་ལ་ཆས། །  
བརྒྱག་ན་ཤིང་ཆད་དྲར་ངོ་ཡིན། །པོན་གྱིས་གཏོ་དབྱུང་བྱེད་ན་བཟང་། །  
བཙུ་མ་ལྷས་སྐྱབས་བས་ཁྱིམ་ས་བདྱན། །བརྒྱག་ན་དབང་ཐང་དར་བ་ཡིན།  
བཙུ་གཅིག་དྲུང་ཁྱུང་གཤིལ་སྟེང་ན་འདུག། །མི་ཤ་ལེན་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །  
བརྒྱག་ན་དྲུང་ཁྱུང་སོ་ལ་ཆས། །དྲུང་ཁྱུང་གེ་བ་གཤིས་གང་། །འདི་ལ་རྟོད་  
དང་སྒོ་བརྒྱག་ན། །རབས་ཆད་མཛོ་ཕོ་འགབ་ནག་ཡིན། །བཙུ་གཉིས་སོལ་  
ཁྲ་ལོག་པའི་དབང་ཐང་དར། །བརྒྱག་ན་རབས་ཆད་མཛོ་ཕོ་ནག་པོ་ཡིན། །  
མི་གངས་ཐུག་གིས་འོན་ངོ་ཡིན། །བཙུ་གསུམ་དཔག་བསམ་ཅེ་མོ་ཁྱུང་གིས་  
བསྐྱུང་། །ལོ་སྒོར་གཅིག་ལ་སྒྲིལ་མེད་ངེས། །བརྒྱག་ན་ཁྱུང་ཆེན་གནམ་ལ་  
འཐུང་། །མི་རབས་གསུམ་དུ་མི་སྤྲུལ་བཟང་། །ལའ་ཐུང་ཁད་ཐུང་སྐྱུམ་ཐུང་  
རལ་གསུམ། །ཁྱུང་བརྒྱད་གསོད་པའི་བཤན་པ་ཡིན། །སོ་བྲག་སོ་ཡོན་སོ་རྟོད་  
གསུམ། །ཁྱུང་བརྒྱད་ཉམས་པའི་ནང་ཡིན། །བྱ་རལ་ལི་ཡན་ཐང་ལེགས་མ། །  
ཁྱུང་ཆོང་བཤིག་པའི་བདུད་གསུམ་ཡིན། །མ་ཟེན་འབན་རུ་སོད་གསུམ། །  
ཁྱུང་ཆོང་གཏོར་པའི་འདྲེ་གསུམ་ཡིན། །སྒོ་བར་སེ་རྟོད་མར་ལྷིང་གསུམ། །

བྱུང་བརྒྱུད་གདོས་ཐག་ནག་པོ་ཡིན། །དེ་ཚུགས་བབ་ན་ཀུན་ལ་ངན། །གངས་  
 དཀར་ཉི་མེས་མ་ཆོར་བར། །བྱུང་གི་ར་ཡ་ཆག་པ་དེ། །བྱུང་ལན་སྟོ་བར་གི་  
 ཟུར་ཡིན། །ཤ་ཆོ་ཅེ་ར་ཡར་ལྷིང་གསུམ། །དུང་བྱུང་འཐེན་པའི་ལྷ་གསུམ་  
 ཡིན། །སྟོ་ཆོ་ལུ་ས་སུ་དག་གསུམ། །དུང་བྱུང་འབབ་པའི་གིང་གསུམ་ཡིན། །  
 ལུ་བརྒྱལ་སད་ཁམས་དཀར་ཐོག་གསུམ། །དུང་བྱུང་གསོ་བའི་གསོས་སྒྲན་  
 ཡིན། །སང་དང་བྱ་ཡུན་སད་ཁམས་རྣམས། །དུང་བྱུང་གསོག་དུག་རྒྱས་པ་  
 ཡིན། །འདི་རྣམས་ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་། །བྱུང་བརྒྱུད་དུང་མཆོ་སྟེ་བཞི་  
 དེ། །སྟེ་སྟོང་གཅིག་ལ་འདུས་པ་ནི། །ལན་དུ་སྟོ་ཆོ་མདུད་བྱ་ཡིན། །ཅི་བཏབ་  
 ཅི་ལ་བཟང་བ་ཡིན། །ད་བྱུང་བརྒྱུད་ལན་དུ་དིང་དིང་ན། །བྱུང་ལྷག་དགྲུང་  
 མཐོང་བྱེད་པ་ཡིན། །སྒྱིན་དིང་མཛོ་མོ་ཐང་ལ་འབྱམས། །གལ་བར་མཛོ་ལ་  
 རྒྱུ་ཁ་ལ་འགྲིག །བྱ་ཡུན་བྱུང་ལྷག་གསོག་པ་རྒྱས། །བྱ་ལུང་བྱུང་ལ་ཐེུ་  
 སྟན་མཛོ་ས། །ལུ་ས་སྤང་པོ་འཕེན་པར་འགྲོ། །ཤ་ཆོ་བྱུང་དུག་ནམ་དུག་ཟེང་། །  
 སྟོ་ཆོ་མཛོ་མོ་སྒྲ་དང་ཆས། །དུ་དག་མཛོ་མོ་སྒྲ་ཐག་བཅན། །སྟེར་དཀར་  
 མཛོ་མོ་སྒྲ་ཆས་སྒྲད། །ཆོ་ལ་ཆོ་ནོར་མེད་ནོར་དང་འཕྲད། །བལ་ཆོ་མཆར་  
 མོ་ནོར་མེད་མོ་སྒྲ་ཡིན། །བྱུང་བརྒྱུད་མཛོ་ལ་ག་ཁལ་བཀལ། །ཨ་ཁད་བྱ་  
 འཕུར་གསོག་པ་ཆད། །རྩ་མོང་རྟེན་སྟེ་ཡང་ཟེར། །རང་སྟན་བྱུང་སྒྲད་གནམ་  
 བ་སྟན། །སྟོང་ཟེ་བྱ་ཡི་གསོག་པ་ཟད། །རབས་ཆད་ཆད་པོར་བྱ་གཅིག་སྟེ། །  
 ཟུང་ལུང་ཕན་ན་བྱེས་སུ་འབྱམས། །སེ་སྟོང་བྱུང་གི་ར་ཡ་ལུང། །ལྷི་བུར་

མཛོལ་གཡག་ར་རྒྱལ། ཡར་མིང་དུང་ཁྱུང་རེ་མཐོར་བྱིན། ཏ་ལ་གཡུ་  
གཤོག་ཁྱུང་གིས་གནམ་འཕང་བཅད། ཟུམ་མཉམ་དགོ་བ་སྟེ་ལ་ཟིན། ཏ་  
ཅེ་ར་ཁྱུང་ཆད་བྲག་ལ་ཡག གཡུང་དུང་མི་སྟོག་ལྷགས་ལས་སྒ། གྱེ་བ་  
པ་རྒྱལ་ཟིན་བ་ཡིན། ཏ་རོ་གནད་ལོར་དགོར་མཛོལ་རྒྱལ། ཏ་མུ་དཔལ་གཤོན་  
གྱི་ཁྱུང་འཕྱུ་མཐོ། ཟུམ་སྟོན་ཡེ་ལུང་མ་གྱིས་ཁྱེར། ཏ་ར་ལ་ཁྱིན་ག་འཕོ་དེས་  
ཁྱུང་ཆེན་བསད། མཛོལ་སྟོག་ལོར་ཁྱུང་བ་ཡིན། ལེ་ཡན་ཁྱུང་གཤོག་ཁྱུང་གིས་  
བཅད། མར་མིང་ཁྱུང་ཆེན་གདོས་ལ་རྒྱུད། རབས་ཆད་རྒྱད་པོ་གི་བ་ཡིན། ཏ་  
སྟོ་བར་གྲུང་ལག་ས་ལ་རྒྱག མཛོལ་ཐལ་ཐང་ལ་ལྷུང་བ་ཡིན། མོ་ཡོན་ཁྱུང་  
ཆེན་མུན་བས་གཡོགས། ཏ་སྟོན་མཛོལ་རྟོན་ནད་འཕྱུང། མ་ཟེ་མཛོལ་  
གཅན་སྟུང་ལྷགས། ཏ་འཕན་ཁྱུང་ལ་ཡན་ཐག་བཏགས། ཏ་མོང་སྟོན་བ་  
ཆད་བ་ཡིན། མོ་སྟོན་མ་རྟེ་ཐབ་གྱིས་བསད། མངས་རིགས་ཤ་བ་མདའ་  
ཡིས་བསད། ཏ་ག་རིགས་ཤ་བ་མཐའ་ལ་ལྷུང། ཁྱུང་ལན་དན་ན་ཐལ་ཐུག་  
དན། མཉམ་བས་མཉམ་བ་བརྒྱག་བ་དེ། ཏོང་ཁྱུང་དན་བས་ཁྱུང་བཟང་  
བསྟེན། བསམ་སྟོར་བཟང་པོ་རང་མི་ཡན། མི་གིད་བྱེད་ན་བཟང་བར་  
བཤད། ཏ་མིན་རྒྱལ་བའི་འཕྱུ་འདོན་དགོས། བཅུ་མན་ཁྱུང་བརྒྱད་སྟེ་  
བཞི་ལ། བཅུ་གཅིག་སྟོ་ཆོག་ཡས་བརྒྱག་ན། ཏ་ཁྱུང་དུང་གིང་ཅེ་དང་  
འཕྱུང། མི་འཕན་རྟ་རྒྱ་སྟེ་འོ་ཡིན། ཏ་གྲུག་ཟུམ་གཅིག་དང་གི་གྲུ་  
གཅིག མ་ལ་ལྷུང་བ་ཡ་ཁད་ཡིན། འཕྱུང་བ་མེ་ཡི་དངས་མ་ཡིན། ཁྱུ་སྟག་

དམར་པོའི་སྒྲ་མདུད་ཡིན། གཅན་ཟན་ནམས་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཡིན། དཔལ་པོ་  
 ལྷག་གི་རི་མོ་ཡིན། སྒྲ་དུ་བབ་ན་ཁམ་ཆུ་བཙུགས། བར་དུ་བབ་ན་ནོར་  
 རོ་ཡིན། སྒྲ་དུ་བབ་ན་ཁ་ཐོ་ཡིན། ཁ་ཐོ་ལ་ཁར་ཐོན་ན་བཟང་། མིད་པ་  
 གང་གི་རིང་ལ་བབས། གཟིག་བྲི་སྒྲོད་འབར་བའི་རིང་ལ་བབས། ལྷག་པས་  
 ཁ་ཆོ་ལུ་ཆོ་ཨ་ལེ་ཤ། བར་བས་མེ་འོད་སྒྲོག་མདའ་དམར་པོ་ཟེར། སྒྲོ་བས་  
 གཟིག་ཆེན་ངོ་རྒྱལ་འཐབ་བྱ། གཤེན་གྱིས་ཨ་ཁད་མེ་འོད་སྒྲོག་ཐེང་  
 བཏགས། འདི་དམུ་ཡི་དབལ་མེ་རང་འབར་ཡིན། ལམ་ཨ་ཁད་མེ་ཕྱེ་  
 འབར་བ་ཡིན། མང་ན་ཆ་བ་མེ་ཡི་ནད། ཨ་ཁད་སྒྲ་གྱི་རྩེ་ཡིན། མང་  
 ན་གྱི་བ་འཛར་བ་ཡིན། ཨ་ཁད་ཁ་བདེ་ཕྱེ་རྩོ་ཡིན། མང་ན་གྲོད་དང་ཁ་མཆུའི་  
 རོ། གཅིག་ལ་སྒྲ་མེའི་རང་ཡུལ་ཟེར། གཉེན་མོར་སྒྲིད་གྱི་རྩེ་ལས་བབ། ལྷག་གི་སྒྲ་  
 རོའི་ཆོན་ཟེར་ཏེ་ངན། ཞལ་ཕྱེར་བདུད་ལ་ཤག་ཐེབ་བཟང་། བརྒྱག་  
 ན་ལ་ལ་བྱ་གཅིག་སྒྲེ། ཁ་ཕྱེ་བདེ་ལ་ཕྱུར་བ་ཡིན། གཉེས་དག་ཁྱིམ་ལ་  
 དག་ཆང་བཅས་བ་ཡིན། ན་རྒྱུང་བག་ལ་འགོ་ན་ངན། སྒྲོ་ཁའི་སྒྲོར་ལུང་  
 སྒྲོག་ཆང་བཅས། རྒྱུང་སྒྲི་ཆེ་ལ་ལྷང་བ་ཡིན། བརྒྱག་ན་རྒྱུང་སྒྲི་འཛབ་པས་  
 ར་བ་སྒྲོང་། ཨ་ཁད་རྩེ་མ་བབ་བན། གཞན་མ་ཅི་ལ་ངན་ན་ཡང་། སྒྲོ་སྒྲུང་  
 ལྷག་ལས་བྱས་བཟེར། ལྷག་གཅིག་སྒྲུང་སར་དག་མེད་ཡིན། གསུམ་སྒྲག་  
 མེའི་སྒྲག་སྒྲག་ཆང་ནས་ཆར། གཉེན་ཆེན་ཐང་ལྷའི་སྒྲ་མོ་ཡིན། བརྒྱག་  
 ན་ངར་སྒྲ་དགུང་དུ་སྒྲོགས། མོ་སྒྲན་རྒྱན་ཆ་ལེགས་དགུ་བསྒྲོན། བཞི་


གྲུ་ཚང་ནང་དུ་མི་འབར་གྱང་། ཁོང་ལུ་པ་དབུས་ལྷུ་ཚར་པ་འབབ། གྲུ་ཞོར་  
 མི་ཡིས་འཕྲོག་པ་ཡིན། ཁྱོད་མོའི་སྐྱད་ལ་ཕག་ཚེལ་ཡིན། གྲུ་ལ་ཕོག་ཐུག་  
 ཡོང་ན་ཐང་། ཁྱེད་ཡང་གསུམ་ལ་དིང་དིང་ན། འབྲུག་ཐོག་མེ་མེར་ཉེས་པ་  
 འགས་པོར་འགྱུར། གྲུ་མི་དགེས་མེད་དེ་གྲུ་ནལ་འཇུམ། གསུམ་ལ་སེལ་ཏྱེད་  
 བབ་པ་ན། གྲུ་ཚང་ཁྱག་ཤོར་གྲུ་མེས་ཚིག། གྲུ་ལ་ཕོག་ཐུག་ཡོང་པ་ཡིན། ཁྱེད་  
 བརྒྱུག་ན་རྟག་མོ་སྟོ་ནགས་འཁྱིང་། ལྷ་དག་སྒྲུལ་ལས་ཁ་ཕྱེ་བདར་པ་ཡིན། ཁྱེད་  
 བརྒྱུག་ན་སྟིང་འདྲའི་ཁོར་ལ་ངན། རྒྱག་ཐུང་མེད་ཁ་ཐོ་ཐོན་པ་ཡིན། ཁོ་བས་  
 མོ་ཡི་ཁ་ཐོ་མ་ཆེ། བརྒྱུག་ན་མོ་ཆས་སྒྲ་དགྲུ་འཛོམས། ཅི་བདེ་བ་ཀྱུན་དང་  
 ཁྱིམ་བྱ་བཟང་། བདུན་གཡའ་སྐྱང་ཁ་ཐོ་ཐོན་ཏེ་བཟང་། བརྒྱུག་ན་སྒྲེས་  
 ཐུང་དཔའ་སྐྱད་ཡིན། ཅི་བདེ་བ་ཅི་ལ་བཟང་བ་ཡིན། གལ་ཏེ་སྟོ་བརྒྱུག་  
 དེགས་བབ་ན། ཁྱེད་མོ་ཆེན་གཡག་སྟེང་རྒྱུག་ན་ངན། ཁྱེད་ཆད་གཡག་གིས་  
 མནན་པ་ཡིན། བརྒྱུད་ལྷ་བྲག་ངོས་ལ་ལྷ་བརྒྱུག་ནས། བརྒྱུག་ན་ལྷ་བརྒྱུ་  
 ངོ་སོ་མཐོ། འབར་པོ་རྒྱག་ལ་འགོ་ན་བཟང་། འཇུ་མོ་ཐོན་ལེའུའི་སྒྲུ་ཕྱེ་  
 དར། བརྒྱུག་ན་ཐོན་གྱི་རྟག་རལ་ཁྱོན། སྟོ་བརྒྱུག་ངན་དེགས་བབ་པ་ན། ཁྱེད་  
 དེ་སྟེང་ཆུ་མིག་ནགས་ཚལ་ཅན། ཁ་ཐོང་གད་པ་ཅན་ཅིག་ཏུ། རྒྱགས་པས་  
 གདང་མནན་ཡོང་པ་ཡིན། ཁོར་ཤོད་ཞོ་ཆང་ཉེས་སོགས་པོར། ཁྱེད་ལ་སྒྲོག་  
 པ་དེམ་ཁོ་བྱ། བརྒྱུག་མོ་འཇུམ་རྒྱག་རྒྱས་པ་ཡིན། ཁྱོད་ག་བྱང་ནས་གདམ་  
 སྟན་སྟོགས། ཁྱེད་ལ་བརྒྱུག་བཟང་བཅས་པ་ན། ཁ་ཐོང་རྒྱལ་ས་བརྒྱུ་ཡིན།

བས། སྒྲོན་ལམ་བྲག་གི་ཡང་སྟེང་དུ། སྒྲོན་པ་མ་བུ་འཛེམས་པ་ཡིན། །  
 བཅུ་གཅིག་སྒྲོན་པའི་སྒྲོན་མེ་བཏེགས། །བརྒྱག་བཟང་དཔའ་བོའི་རྟག་སྐད་  
 ཐོན། །དག་སྒྲའི་དཔའ་མེ་རང་འབར་ཡིན། །དཔའ་བོ་གཡུལ་དུ་འཇུག་  
 བ་བཟང་། །གཏམ་སྟན་ཐོས་པའི་མེར་མ་ཡིན། །བཅུ་གསུམ་བཟང་ན་ངེས་  
 པ་ཡིན། །བཅུ་གཉིས་བྱང་གི་བྱེ་རིལ། །རྒྱ་སྟག་དམར་བོས་ལག་པ་བརྟེན། །  
 སྐད་རིགས་མི་གཅིག་དུ་མ་ཡིས། །ཁ་ཕྱེའི་གདོང་ཟུར་སྟོན་ངེ་ཡིན། །ཏྲ་  
 མོགས་གདོང་དྲག་བྱུང་ན་བྱུང། །དེ་མིན་མཐའ་མི་དབུས་ཡོང་རོ། །ཡང་ན་དག་  
 སྟ་བཤད་གཏམ་ཡིན། །བརྒྱག་ན་དམར་ཁྱུར་རྟ་པ་དང་། །དམར་མཚན་  
 ཅན་གྱི་དག་བོན། །རྒྱ་སྟག་འདྲ་བ་ལང་རོ་ཡིན། །ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན་  
 པ་ལ། །ལས་དཀར་བོའི་ཁྲིམས་ས་སྟོགས་ན་བཟང་། །བཅུ་གསུམ་དཔའ་  
 ལ་སྟག་འབྲུ་ཚུགས། །དཔའ་གཡེར་དགྲང་ལ་གྲགས་པ་ཡིན། །སྒྲ་མཁན་  
 འབྲུལ་གྱི་རི་མོ་ཅན། །འབྲུལ་རྒྱུད་མི་ཆད་རྗེ་འུ་ཡིན། །བྱེད་པར་དམ་ཆོས་  
 བསྐྱབ་ན་བཟང་། །སྒྲ་མཁན་རིགས་ལས་སྒྲ་མཁན་སྟེ། །དམ་ཆོས་ཁ་ལ་  
 མེ་ལྟར་འབར། །ཆོག་འབྲུ་ཕྱེ་ལ་སྟོག་ལྟར་འབྲུག། །བརྒྱག་ན་སྟག་འབྲུ་  
 དགྲང་དུ་རེག། །འབྲུག་པའི་གཡུལ་རྒྱལ་ཐོབ་པ་ཡིན། །དགྲང་སྟན་ཡང་  
 ཆོམ་ཐོང་བ་ཡིན། །ཁ་ལོ་ལ་ཁར་ཐོན་བས་བཟང་། །ཨ་ཁད་སྐད་ཀྱི་རྗེ་འུ་སྟེ།  
 །གཏམ་སྟན་མང་བོའི་སྟོ་ཡིན་པས། །དཔའ་བོ་དམག་ལ་འགོ་བ་དང་། །  
 བཤེས་གཉན་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བ་དང་། །རྒྱལ་བོ་རྒྱལ་ས་འཛིན་ན་བཟང་།

མི་རབས་གསུམ་ལ་གང་མ་རབས་སྟན། །ཡང་ཨ་ཁད་བཤད་གང་མ་ལྟེ་  
 བདར་རོ། །མང་ན་བཤད་གང་མ་ཁ་མཆུའི་རོ། །ཡང་ན་བྱིས་ལ་མེ་འཆོར་  
 རན། །བཟང་རིགས་བཟང་སར་ཁེར་འདུག་བཙོན། །~~ཁྱེད་ལ་བརྒྱུག་གཅིག་~~  
 མོང་བན། །ཨ་ཁད་ཅེ་མ་རྒྱ་སྟག་ཡིན། །གང་མ་སྟན་ཐོས་པའི་མེར་མ་ཡིན། །  
 ཤག་གིས་ཐུབ་པའི་པ་མི་ཡིན། །མེདར་ཞིང་ཡུན་དུ་འབར་བ་ཡིན། །བཞི་  
 ལ་སྟན་ཐོར་བདུད་ཅིས་གང་། །བདུན་ལ་རྒྱ་སྟག་ནགས་ཆོལ་སྤང་། །བརྒྱད་  
 ལ་སྟོང་གི་རྒྱུ་ཡིན། །བརྒྱལ་བྱང་ནས་གང་མ་སྟན་རོ། །བརྒྱུག་གཉིས་རྒྱ་  
 སྟག་རི་བྱའམ། །བྱི་བ་སྟོན་པོ་གཡུ་དུ་བརྒྱུག་ །རྒྱ་སྟག་དམག་མགོན་ལེགས་  
 པའི་རོ། །ར་གསུམ་ལྟན་ཅིག་བརྒྱུག་པ་ན། །ཨ་ཁད་ལྟ་མེ་རང་འབར་རམ། །  
 དར་ལ་མེ་འབར་ཚྭ་ཚྭ་བརྒྱུག་ །ཡང་ན་མེ་ཤེལ་དམར་པོ་ཟེར། །ཨ་ཁད་  
 མཆོལ་སྟག་ཁྲ་པོ་ལ། །སྟག་ལ་འཛུམ་དུག་རྒྱས་པའི་བརྒྱུག་ །ཡང་དག་  
 རག་གི་མེར་མ་ཡིན། །རང་གི་བཙན་ས་གར་བབ་ཀྱང་། །ཁྱི་ཆོ་དགུ་ཡི་  
 དམག་རྒྱས་ལེགས། །འབུམ་ཆོ་དགུ་ཡི་གནངས་ཐོབ་རུས། །བཞོག་རྣམ་  
 གསུམ་གར་བབ་ཀྱང་། །ལུ་སྟག་ལུང་ཅན་གྱི་མཁར་ཁ་ཁེངས། །འདི་གསུམ་  
 མོ་ཡི་ཁོར་བུ་ཡིན། །རང་སར་གང་མ་སྟན་འབྱུང་བས་བཟང་། །~~ཁྱེད་ལ་~~  
 ཨ་ཁད་མཁམ་སྟོང་བརྒྱུག་ ། ཨ་ཁད་སྟོང་ལྟེ་དིག་པ་ཟེར། །ཨ་ཁད་ཞར་བ་  
 ཞེས་ཀྱང་བྱ། །དང་པོར་བཤད་ཀྱང་ཉན་མཁན་ཉུང་། །འཛམ་པོར་བསྟེན་  
 ཀྱང་དགར་འཛིན་མང་། །སྟོན་མེ་མུན་པར་བྱིང་རོ་ཡིན། །~~ཁྱེད་ལ་~~ ཨ་ཁད་



201

མེ་ཡི་མིར་མ་ཡིན། །དམག་གི་དར་འཕྱ་རིང་མོ་ཡིན། །དམག་ལ་སྟོང་ཏུ་  
 བབ་བ་གཅེས། །འདི་ལན་གཅིག་བབ་བའི་དུས་སྟོན་ན། །ཐོག་འཇའ་ལྷགས་  
 གསུམ་དུས་གཅིག་ཆས། །དག་ཡི་ཡུལ་ཁམས་གཞོབ་ཏུ་བཏང་། །ཟུན་གྱི་  
 ཐོག་འཇའ་མེ་གསུམ་སྦྲར། །ཡང་གསལ་སྟེང་གི་སྟོན་མེ་ཡིན། །མདུད་བ་  
 ཏྲ་དང་གཡག་གིས་གྲོལ། །ཐུགས་ཀར་བྱ་ཞིང་ལེགས་བ་བརྟོན། །  
 གྲུ་གསུམ་སྒྱུམ་ལ་གཅིག་འཇུག་མོང་། །ལུང་བར་ཨ་ཁད་གཏམ་ངན་ཡིན། །  
 ཟུས་པོ་གནམ་གྱི་མཚུ་རིང་ཡིན། །ཕྱི་མོ་དོག་རྩེས་ལྷ་མ་ཡིན། །ལ་ནི་མི་ཁའི་  
 རྒྱལ་པོ་ཡིན། །མ་ནི་མི་ཁའི་རྒྱལ་མོ་ཡིན། །ལུ་ཁོ་རང་མི་ཁ་བྱ་མཚུ་ཡིན། །  
 ཡར་གཏོ་བྱེད་ན་སྒྲ་ལ་འགྲོ། །མར་གཏོ་བྱེད་ན་ཕྱི་ལ་འབྲངས། །ཕྱིངས་བ་བྱེད་  
 བ་རྒྱུང་ལ་བསྐྱར། །མི་ཟད་བ་རྣམས་གྱི་མཐར་ཐུག་ཡིན། །བཟང་ལ་མི་དགའ་  
 ངན་ལ་དགའ། །མང་ན་མི་དགའ་ཉུང་ན་དགའ། །ཡོད་ལ་མི་དགའ་མེད་  
 ལ་དགའ། །གང་ལ་མི་དགའ་སྟོང་ལ་དགའ། །ལུངས་ཁད་ཟངས་སྒྲེལ་དམར་  
 པོ་འདི། །མི་ཡི་ནང་ནས་བྱུང་མེད་ཡིན། །སྤྱད་གཞེས་ལ་དགའ་བ་ཡིན། །  
 ཏྲ་རིགས་ནང་ནས་ཁྲོད་མ་ཡིན། །དམར་པོ་ར་རི་ཡོད་བ་ཡིན། །གོས་གྱི་  
 བང་ན་གོས་དམར་ཡིན། །དུད་འགྲོ་ར་དང་བོང་བྱ་ཡིན། །སྟོང་གྱི་ནང་ན་  
 རྩ་དམར་ཡིན། །འདི་ཁ་གཅིག་ནང་གི་ལྷུ་གཉིས་ཡིན། །བཟང་ཆང་བར་  
 གྱི་འཐབ་འཕྲེ་ཡིན། །ཕྱི་རྩལ་སྒྲུག་ཁྲམ་འདྲ། །ནང་རྩལ་བག་མ་སྦྲར་མཐོང་  
 འདྲ། །འདོད་ཆགས་ར་མོ་ཅི་ཅི་འདྲ། །འདི་དམ་གྱི་སྒྲ་རི་དཔུང་ཁ་ཡིན། །

མི་བརྒྱའི་ནང་དུ་འོང་ཙན། །མི་བརྒྱས་ན་པ་ལག་པས་འགོ་བ། །མི་བརྒྱའི་  
 སུང་མི་མར་སོང་ཟེར། །ཏྲ་བརྒྱའི་ནང་དུ་འོང་ཙན། །ཏྲ་བརྒྱ་ཟུར་བཏྲས་  
 གདོང་འདྲོག་བྱེད། །ཏྲ་བརྒྱའི་སུང་མི་མར་སོང་ཟེར། །ལུག་བརྒྱའི་ནང་དུ་  
 འོང་ཙན། །ལུག་བརྒྱ་ཟུར་བཏྲས་ཞོག་འདྲོག་བྱེད། །ལུག་བརྒྱའི་སུང་མི་  
 མར་སོང་ཟེར། །གཏམ་སྒྲན་པོ་སྒྲས་ཀྱང་མི་ཁའི་རྒྱ། །གོས་འཇམ་པོ་བགོས་  
 ཀྱང་ཆེར་མས་རྩལ། །གོམ་ཡར་ལ་སྒྲོས་ཀྱང་ཕྱིར་ལ་འབྱེད། །མཁོན་གྱི་བུ་  
 མོ་མིག་དམར་འདི། །བྲ་བ་སྒྲ་དམར་ཆེབས་སུ་ཆེབ། །ལྷ་གཡེར་བུམ་གཅིག་  
 རྒྱལ་ལ་ཁུར། །ཟངས་ཀྱི་ཟེར་མ་མགོ་ལ་གྱོན། །མིག་མང་དགུ་རིས་གདན་དུ་  
 བཏྲང། །ལྷགས་སྒྲེལ་ཙན་ཟྱེ་ལ་ཁྲིད། །སྒྲེ་ལོ་གུ་མ་རྗེས་སུ་འབྲང། །  
 ལུ་ཟེ་བུམ་གཅིག་སྒྲོ་ལ་བཏགས། །ཡེ་ཡི་ཡུལ་དུ་ཡར་ལ་སོང། །ཡེ་སྒྲོན་  
 དེ་ལ་དྲི་བ་བྱས། །ཁྱེད་ཀྱི་གནམ་སུབ་མི་དེ་སུ་ཡིན་ཟེར། །ངའི་བུ་དགུང་  
 མཁན་ཡིན་ནོ་བྱས། །དེ་ད་ལྷ་གང་ན་འདུག་གོ་ཟེར། །པ་གི་རི་ལ་མཛུབ་  
 མོ་བཅུག །མིག་གིས་མཆོ་ལ་བཏྲས་པ་ཡིས། །དགུང་མཁན་མཆོ་ལ་ཡོད་པར་  
 ཤེས། །སྒྲུ་བྱེད་ངམ་བཟའ་དམར་མོ་དེས། །སྒྲན་མཆོའི་འགམ་སོང་སྒྲུ་འདི་  
 སྒྲངས། །ཡེ་བུ་དགུང་མཁན་ཡར་ལོངས་དང། །ཡ་མཆན་ཆེ་བའི་ལྷ་དུ་མོ་  
 ཡོད། །ཡེ་ངམ་གཉིས་ཀྱིས་མཆན་མས་ན། །ཡ་མཆན་ཆེ་བའི་བུ་དམེད་ཞིག །  
 ཡ་མཆན་ཆེ་བའི་རི་དྲགས་ཞོན། །དེ་ལ་ལྷ་དུ་མོ་ལྷ་བར་མཛོད། །ཞེས་སྒྲས་  
 ཡེ་བུ་དགུང་མཁན་དེ། །དེ་ལ་ཡེངས་ཏེ་ཆགས་པའི་ཆོ། །དགུང་མཁན་བསྒྲུ་

བའི་མོ་སྒྲ་ཡིན། །ངམ་ཟ་དམར་མོའི་རླུང་ཚིག་ཡིན། །འདི་མེ་ངས་འབུད་  
 ཟེར་བའི་ཁས་ལེན་མ། །རྒྱ་ངས་ལེན་ཟེར་བའི་བང་མགྲོགས་མ། །བཙོ་ལྷའི་  
 རྩལ་མོ་མི་ཚོལ་མ། །ཉི་ཤུ་དགུ་ལ་ནལ་བྱེད་མ། །ཡར་ལང་པ་ཁུའི་རྟ་དེ་བཀོག་།  
 མར་ལྷང་མ་སྒྲའི་འབྲི་དེ་བཀོག་། །སྤྲད་དུ་གཏམ་ངན་འཕྲིན་སྒྲེལ་ཡིན། །བར་  
 དུ་རྒྱན་བཙོམ་འཕྲིན་བ་ཡིན། །སྟོད་དུ་འབྲུག་ཆེན་སྤྲད་མི་ཡིན། །རང་སའི་  
 བཙོན་ས་གར་བབ་ཀྱང་། །ལུང་ཚོམས་འབྲེས་པའི་ཐེར་མ་ཡིན། །འདི་གཅིག་  
 གི་སྟེང་དུ་བབ་བ་ན། །མི་ཁའི་རྒྱལ་མོ་སོ་ལ་ཆས། །ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན་  
 བ་ལ། །བྱི་གསར་འབྱེད་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །ལུང་བ་ལུང་ཚོམས་གང་བ་  
 ཡིན། །ངག་བས་ཚོང་བ་གཏོར་ན་དཀར། །དྲེལ་རྟ་དམར་པོའི་གསེར་སྒྲ་  
 གོམ། །གཉིས་མི་ཁ་ལམ་གྱི་རྩྭ་འཚོགས་ཡིན། །ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན་བ་ལ།  
 །གོ་མ་ལག་བྱས་བྱེད་ན་བཟང་། །ལག་ཚང་བཙའ་བའི་ཉིན་པར་བཟང་། །  
 སྟོད་པ་བྱུ་དགུ་ས་མཐའ་གང་། །རྩོན་པ་བྱི་བྲིད་མོ་ལ་བཟང་། །བྱིམ་སར་  
 བྱི་དགུ་རྒྱན་བྱས་བྱེད། །གསུམ་ཚེ་ཞང་མེས་གསུམ་ལོར་བགོས་བྱེད། །ཅི་  
 ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན་བ་ལ། །སྤྲང་ཆེན་འདེགས་པའི་ཉིན་མོ་བཟང་། །ཁྱར་  
 ཆེན་གྱི་ཡིས་གང་བ་ཡིན། །ཡ་མ་ནག་པོའི་མོ་ལ་བཟང་། །རྒྱུང་སྟེང་སྟོད་  
 ལུ་འབྱེལ་བ་ཡིན། །བཞི་ཡུལ་ལ་ཁ་མཆུ་རྒྱན་མི་འཆད། །ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་  
 ངན་བ་ལ། །ཡ་མ་ནག་པོ་གཤམ་ལས་ཐར། །ལིང་ཆེན་འདེབས་ན་གྱུ་འབྱེད་  
 ཐོབ། །ཡུག་ས་གཞག་ན་བྱ་སྒྲེ་བཟང་། །ལྷ་དགྲ་ལག་ཐག་པས་བཙིང་བ་

ཡིན། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་ལ། །ལྷག་པར་ཆད་མོ་འདེབས་ན་བཟང་།  
 ཆད་འདྲེ་སྒོ་རུ་བྱད་པ་ཡིན། །སྲི་མནན་དམ་སྲི་དོང་དུ་སོང་། །བྱད་མེད་ནད་  
 པ་སོས་ངོ་ཡིན། །དྲུག་ཁྱིམ་བདག་མོ་ལ་ཁ་སྒྲུ་བྱུང་། །མཁོན་གྱི་རྒྱལ་མོ་རུ་  
 བྱང་བརྟུང་། །ཤམ་སེར་མོ་དེ་སྒོ་རུ་ལྷག་ །མཁོན་ལ་བྱིན་དུས་བྱི་པོ་བྱེད། །  
 ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན་བ་ལ། །རབས་ཆད་ནག་མོའི་མོ་ལ་བཟང་། །རབས་  
 ཆད་མི་མཐའ་འཕེལ་རོ་ཡིན། །དག་ཡི་རུ་མགོ་རིག་ཉིན་བཟང་། །བྱད་མེད་  
 དར་མའི་ནད་མོར་བཟང་། །བདུན་དེུ་འཕག་པས་གསེར་སྒྲ་བཅག་ ཅི་  
 ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན་བ་ལ། །རྟ་རྒྱལ་བྱེད་ན་རྟ་པོ་མཁྱོགས། །པ་སྒྲུན་གཏུག་  
 ཤེར་བྱེད་ན་བཟང་། །པ་སྒྲུན་ཤགས་གྱིས་བྱབ་པ་ཡིན། །འདི་ཀྱ་རུའི་མགོ་  
 ཡི་སྒལ་བྱད་ཡིན། །རྟ་པོ་ཉོ་ཆོང་བྱེད་ན་གྲ། །བརྒྱད་མ་སྒོམ་རའི་ཤ་ཆན་  
 ཤི་རྒྱད་ཤོར། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན་བ་ལ། །གསེབ་ཆེན་བྱ་བསྒོལ་བྱེད་  
 ཉིན་བཟང་། །པོ་ཆེན་རྒྱོད་མ་རེད་པ་ཡིན། །གཏའ་མ་གཏིས་བཟུང་བྱེད་  
 ན་བཟང་། །ལྷག་པོའི་སྒྱུས་ཆེན་འདེགས་ན་བཟང་། །དག་ལེའུས་ལྷ་ལོག་  
 བྱས་པ་ཡིན། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན་བ་ལ། །ཤི་རྒྱལ་གཙོད་པའི་མོ་ལ་བཟང་།  
 །འདུར་བོན་སྒོ་རུ་བྱད་པ་ཡིན། །བརྒྱུས་བོན་ལ་དམོད་ན་བཟང་། །ཤ་མཁོན་  
 བསྐྱར་ན་རང་འདུམ་ཡིན། །རྟ་རྒྱལ་བྱེད་པའི་ཉིན་མོ་བཟང་། །རྒྱོད་བྱ་ཐང་  
 ལ་ལྷག་པ་ཡིན། །བརྟུ་ལ་མོ་བཙུན་དུར་དུ་ལྷགས། །གཏམ་ངན་རིག་སྐུ་  
 ཅེ་ལ་སྒྲོགས། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན་བ་ལ། །བག་མ་ལེན་པའི་མོ་ལ་བཟང་།

དུ་ཆུང་སྒྲུ་རུ་འགྱུར་བ་ཡིན། །ཁང་ཆུན་རུ་བ་རིམ་དགུ་ཆགས། །ས་བཟུང་  
མེ་འབྲུད་བྱེད་ན་བཟང་། །མ་སྒྲུ་གཏུག་ཤེར་བྱེད་ན་བཟང་། །བཅུ་གཅིག་  
ཅང་སེ་བཙོན་རུ་བཟུང་། །དག་སྒྲུ་མི་ཁས་ཐོག་བ་ཡིན། །གཡུ་འབྲུག་ཟེ་  
བ་མེ་ཡིས་ཆོག །དཔལ་བོན་བཙོལ་ན་འདྲེ་ལ་འཕོད། །ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་  
ངན་བ་ལ། །ཡོ་མའི་རྟེན་ཆ་འཕུང་ཉིན་བཟང་། །སྟོང་མའི་བྱ་ཆེན་འཆོས་  
བ་ཡིན། །ཞལ་ཕྱེ་གཙོན་ན་ཐག་ཆོད་རོ། །བཅུ་གཉིས་དག་གཏོན་མི་ཁས་  
ཐབས། །ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་ལ། །ལྷག་པར་དག་ལ་རྟོལ་ཉིན་བཟང་། །  
མཆོན་ཐུང་བྱས་ན་གྲོང་དཔོན་སོད། །བཅུ་གསུམ་གཏམ་ངན་དགྲུང་རུ་བསྒྲུག།  
ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན་བ་ལ། །སྒྲེ་ཆེན་ཚོད་པའི་ཉིན་མོ་བཟང་། །གྲོད་སྒྲུ་གསུམ་  
གྲོད་མཐའ་ཆུ་བས་རིང་། །དམག་ཆེན་བྱེ་སྒྲུག་བྱེད་ཉིན་བཟང་། །དག་སྒྲུགས་  
དག་ལ་ཐད་ཉིན་བཟང་། །དག་སྒྲུང་སྒྲིད་གནམ་རུ་གསལ་བ་ཡིན། །ཞལ་  
ཕྱེ་ཁ་མཆུའི་མོ་ལ་བཟང་། །གཏམ་ངན་མཆོངས་ནས་ཐོན་བ་ཡིན། །མི་མགོ་  
སྒྲམ་པོས་དཔའ་སྒྲིད་ཐོན། །སྒྲོ་མི་ཁ་རི་ཅེར་གྲམ། །བྱི་རྩོ་རྒྱལ་ཁ་རང་ལ་  
འོང་། །དག་ཕྱེ་ཟུན་བཅད་སྒྲུག་སྒྲིད་འདོན། །མི་གཙོད་ལེན་བྱེད་ཉིན་བཟང་། །  
སྒྲུག་མོར་ས་མདའ་འཇུགས་ན་བཟང་། །སྒྲིའུ་ཡིན་ན་གྲོད་ཐར་ཡིན། །ནད་  
བ་ཡིན་ན་གཡོན་ཆོག་ཡིན། །ཤ་བ་ཤི་སྒྲིད་ཤོར་ནས་ཐར། །ནད་བ་ཁ་ཆེམས་  
བཞག་ནས་སོས། །རྒྱ་བ་རྟུལ་རྒྱུག་ན་བཟང་། །~~རྒྱ་བ་~~ དེ་ཡི་བྱ་ལ་བརྒྱག་  
སོང་ན། །མུ་ཅེད་ལི་ཤོད་དམར་མོ་ཟེར། །ལ་ལས་སྒྲུག་འཕྱུ་རིང་མོ་ཟེར། །

ལྷ་སྒྲན་འབྲུལ་གྱི་གྲོལ་ལྷག་ཡིན། །ལྷགས་སྤྲད་ལ་གཡུག་པའི་མེར་མ་ཡིན། །  
 དབའ་བརྟན་ལྷོག་མེད་མཆོན་ཆ་ཡིན། །འདས་དང་མ་འདས་མཚམས་ལ་  
 དབང། །དར་དཀར་ལ་དུ་གོས་སུ་གྱུན། །ཐད་དཀར་གླིང་བུ་ལག་ན་འབྱུང། །  
 བཤུག་པའི་སྒྲུ་ལེན་ཤར་ར། །དུང་གི་བྱ་བུན་ཉི་ལི་ལི། །རིས་འགའ་རི་བོའི་  
 ཕེན་རྒྱུག །ལྷ་ཆེན་ནམས་དང་ཅེད་མོ་ཅེ། །རིས་འགའ་རྒྱ་མཆོའི་གྲོང་ན་  
 འཕྱོ། །འཆི་བདག་བདུད་དང་བང་ཅུལ་འགྲན། །གང་ལ་བབ་ཀྱང་ཐོག་གོད་  
 ཡིན། །ལྷ་ལྷམ་དགུ་ཡི་མིང་བོ་ཡིན། །ལུ་བོ་བརྒྱད་ཀྱི་རྩ་བོ་ཡིན། །རྟ་མདོ་  
 བདག་ཡི་རྒྱབ་ཤས་ཡིན། །མདོ་བྱུང་དཀར་དགུ་ཡི་སྒྲུ་ཤལ་ཡིན། །ཁྱི་མགྲོགས་  
 སྒྲིན་དགུ་ཡི་ཁ་ཤས་ཡིན། །དམུ་ཅ་མི་མ་ཡིན་བཅའ་མི་ཡིན། །དག་ལ་དམར་  
 མོའི་ཤག་ལེན་ཡིན། །ཟུན་ལ་ངར་ཚུ་སྤྱད་མི་ཡིན། །འབྲུགས་ན་ཡོངས་ཀྱི་  
 སྒྲོན་མ་ཡིན། །གཅིག་ལ་ཤོ་ལྷའི་དབའ་དར་བྱར། །གཉིས་ལ་བདུད་ཀྱི་རུ་  
 དར་ཡིན། །གསུམ་ལ་ཆུང་རྒྱུད་སྤིང་མཁར་ཡིན། །བཞི་ལ་གཡང་གི་ར་བ་ཡིན། །  
 ལྷ་ལ་འཇང་གི་སྤྱ་དར་ཡིན། །དུག་ལ་མོ་བཅུན་སྤིང་མཐུ་ཡིན། །བདུན་ལ་  
 སྒྲེས་སྒོ་བརྟན་མི་ཡིན། །བརྒྱད་ལ་བརྗེའི་ཐུར་དར་ཡིན། །དགུ་ལ་བོན་གྱི་  
 བཅོ་དར་ཡིན། །བཅུ་ལ་མ་ཐྱིའི་ལྷ་དར་ཡིན། །བཅུ་གཅིག་ཤོ་ལྷའི་བཅའ་  
 མཁར་ཡིན། །བཅུ་གཉིས་རྟོར་གྱི་དམག་དར་ཡིན། །བཅུ་གསུམ་བྱུང་གི་རུ་  
 དར་ཡིན། །འདི་རང་སའི་བཅའ་ས་གར་བབ་ཀྱང། །དག་གཞི་དགོར་གསུམ་  
 ཅི་བཏབ་བཟང། །བུ་ལ་བརྒྱག་གཉིས་སོང་བན། །ཞལ་ད་ལྷུང་བ་འཛུམ་དུག་

ཡིན། །འདིགས་པ་སྤྱིན་མོ་མཚོན་གྱི་བརྒྱུག །འདི་ཡང་རྟེན་པའི་རྩིས་ཡིན། །  
 རང་སར་བབ་ན་ཅི་ལ་བཟང་། །ཁུ་ལ་བརྒྱུག་གཉིས་སོང་བ་དང་། །ཕྱག་  
 གུར་ནི་ཚ་བཅས་བྱུང་ན། །འཛམ་གླིང་རྟ་ལ་བྱུ་ཕྱག་བྱེད། །ཁྱད་པར་དམག་  
 རག་གཉིས་ལ་བཟང་། །~~ཁྱད་པར་མ་ལ་བརྒྱུག་སོང་ན།~~ །ཁྱད་པར་ཞར་  
 བ་དྲེལ་ལ་ངན། །ཞར་བས་གཏམ་ངན་སྒྲེལ་ངོ་ཡིན། །པོང་དྲིལ་རྟ་ལ་ནད་  
 གྱིས་འདེབས། །ཁྱད་པར་ཞར་བ་དྲེལ་སྒྲོན་ཅན། །མི་ནད་སྒྲ་དགུ་སྒྲ་ཤད་  
 བྱས། །རྟ་ནད་མཚེར་བརྩུ་བྱི་ཤད་བྱས། །གྲི་རོ་མགོ་སྒྲེལ་ཡོབ་བཛོ་བྱས། །  
 མི་ཁ་གཏམ་ངན་སྒྲེལ་མི་ཡིན། །ཞར་བས་ཁ་མཆུ་གཏུག་ན་བཟང་། །དེ་  
 མིན་ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན། །~~ཁྱད་པར་མ་ལ་བརྒྱུག་སོང་ན།~~ །ཁྱད་པར་སྒྲོན་དེ་རྩྱང་དུ་སོང་། །རྩྱང་  
 གི་སྒྲུང་བར་ཨ་ཁད་ཟེར། །རྩྱང་བྲ་ཁ་ཆག་ཅེས་ཀྱང་བྱ། །ལ་ལས་སྒྲུང་མ་  
 ལུང་ཟེ་ཟེར། །ངམ་གྱི་ནལ་མ་སྒྲུ་ཟན་ཡིན། །གཏམ་ངན་གོ་རེའི་སྒྲ་མདུད་  
 ཡིན། །རོ་སྒྲེག་མེ་ལྷེ་མདོག་ནག་ཡིན། །གཞི་སྒྲུ་དང་ནི་ནད་པ་སོགས། །  
 ཅི་བཏབ་ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན། །ཁ་གོས་ཁ་མཆུ་དམོད་བྱེད་བཟང་། །དེ་  
 ཡི་སྒྲུ་ལ་བརྒྱུག་སོང་ན། །ཨ་ཁད་རྩྱང་ལུ་ལུང་ངམ། །ཨ་ཁད་རྩྱང་རྩྱང་མེ་འབར་  
 བརྒྱུག །གནམ་ལྷགས་ངར་གྱི་མེ་འོད་ཡིན། །མཐུ་དང་དྲག་སྒྲགས་དམོད་  
 ན་བཟང་། །དེ་ལ་བརྒྱུག་གཉིས་གལ་ཏེ་བྱུང་། །ཨ་ཁད་སྒྲོན་མོ་ཉར་ཉར་  
 ཟེར། །སྒྲུང་ཐང་སྒྲོན་པོའི་ཟེར་བརྒྱུག །སྒྲོང་གསུམ་གསལ་བའི་མེ་ཆེན་ཡིན། །  
 མེ་ཡང་འབར་གིང་གིས་གསོས་པ་ཡིན། །བརྩུ་པོ་མན་ཆད་གར་བབ་ཀྱང་། །



བརྩ་གཉིས་ངན་རིགས་སྒོ་བྲག་ན། །ཤེལ་གྱི་བྲག་ལ་སྐས་བརྩ་གས་ནས། །  
 སྐར་དོ་གཉིས་ཀྱི་རྒྱལ་མཚན་ཐོབ། །ཡང་དག་དམག་གི་སྒེར་མ་ཡིན། །  
 རང་སའི་བཅོན་སར་བབ་ན་བཟང་། །བྱི་སར་ཤོར་དུ་མི་རུང་དོ།། ~~ཏུ་~~  
 ཨ་ཁད་གྲུ་གསུམ་སུམ་ཚུགས་འབྲེལ། །སད་མུ་ལེ་བྱར་གསུམ་ཨ་ཁད་དམ། །  
 དུན་གཡུང་དུང་ཨ་ཁད་བྱ་བ་ཡིན། །དག་སྒྲའི་ལྷ་མེ་རང་གྲུབ་ཡིན། །རང་  
 སའི་བཅོན་ས་གར་བབ་བཟང་། །དམག་རྒྱ་གཉིས་ལ་སྒྲིང་དུ་གཅས། །གཞི་  
 བྱ་བ་ཁོག་གསུམ་དུ་གཅས། །ཨ་ཁད་རྒྱལ་ཁ་མཛོན་དུ་བྱུང་། །དཔའ་སྐད་  
 རྒྱལ་བའི་སྒེར་མ་ཡིན། །དེ་ཡི་སྒྲོ་དེ་རྩྱང་དུ་སོང་། །རྩྱང་ཁད་མུ་ལེ་བྱར་གསུམ་  
 མམ། །དུན་གཡུང་དུང་རྩྱང་གི་ཨ་ཁད་ཟེར། །~~ཏུ་~~ གྲུ་གསུམ་ལྷ་གས་  
 ཐག་ལྟར་སོང་ན། །ཁྱེ་བ་སད་དེ་ཨ་ཁད་ཡིན། །ཁྱེ་བ་རྣམས་ཀྱི་ཁུ་དེ་ཡིན། །  
 སྐྱམ་པས་ལྷེ་བདེ་བྱེད་མི་ཡིན། །སྐྱམ་བྱིར་པ་སང་ཡེར་བའི་སྒྲ། །ལྷ་མི་བར་  
 ཀྱི་ཐོན་བ་ཡིན། །བ་ཁོག་རྣམ་གསུམ་གར་བབ་ཀྱང་། །ཁུ་ལྷག་ལུང་ཅན་  
 ཀྱིས་མཁར་ཁ་གང་། །བརྩ་གཉིས་སྒྲིང་དུ་བབ་བ་ན། །བརྩ་གསུམ་རྩེ་མོ་  
 མ་ལད་ཆོ། །རྒྱ་རེས་གཉིས་ལ་གཡོན་ཆོག་ཡིན། །བྱི་སར་དག་ཡི་སོ་བ་  
 མི་ལྷ་ཡིན། །བརྩ་གཉིས་སྒྲིང་དུ་འདི་བབ་ནས། །བརྩ་གསུམ་རྩེ་མོ་ལད་བ་  
 བ། །བཅོན་བརྩུང་རྩྱང་ལ་འོང་དོ་ཡིན། །དེ་ཡི་སྒྲོ་དེ་རྩྱང་དུ་སོང་། །སྐྱེ་བ་སད་  
 དེ་རྩྱང་ཁད་ཡིན། །དེ་ལྟར་བརྒྱུག་མེད་རྩ་བ་བརྒྱད། །ཨ་ཁད་དཔའ་སྐད་  
 མཛོང་བརྒྱད་དམ། །མཁས་བདར་མཆོད་བརྒྱད་ཅེས་སུ་གྲགས། །དེ་ནི་ཨ་

ཁད་ལན་དབྱད་ལ། རྒྱུ་དང་མེ་སྟོད་སྤང་རལ་གསུམ། ཞལ་ཁད་གསོད་  
 པའི་བཤན་བ་ཡིན། ཁོ་བྲག་སྤྲེལ་མི་རྟོང་ནག་གསུམ། ཞལ་ཁད་གོ་མདའ་བྱེད་  
 མི་ཡིན། རྒྱ་ཡེར་སྒྲ་དམར་སྒྲིན་དིང་གསུམ། ཞལ་ཁད་སུན་བས་གཏིབ་མི་  
 ཡིན། སྟོ་བར་མ་ཟེ་རུ་སོད་གསུམ། ཞལ་ཁད་པ་ཡུལ་འཕྲོག་མི་ཡིན། ཁྱོད་  
 སུར་བྱ་སུར་ལྷི་སུར་གསུམ། ཞལ་ཁད་སྒྲ་ཕྱེ་གཙོད་མི་ཡིན། དེ་ནམས་དག་  
 གཞི་ཀུན་ལ་ངན། ཀུན་རིག་ཞི་རྒྱས་མེ་མཆོད་བྱ། ཡང་ཁྱུང་བརྒྱད་དམུ་  
 དག་སྤྲེལ་གསུམ། ཞལ་ཁད་འཐེན་བའི་འཐེན་ཐག་ཡིན། རྒྱུར་དང་གལ་  
 བར་དིང་དིང་གསུམ། ཞལ་ཁད་གྲུར་ཆེན་སྤུབ་མི་ཡིན། རྩ་ཆོ་ཅེ་ར་ཡར་  
 ལྷིང་གསུམ། ཞལ་ཁད་རྩ་ངང་སྤྲད་མི་ཡིན། སང་ཁམས་སང་དང་བྱ་ཡུན་  
 གསུམ། ཞལ་ཁད་གསལ་བའི་སྟོན་མེ་ཡིན། གྲེ་བད་རྟོག་དམུ་དབལ་གསུམ།  
 ཞལ་ཁད་ཆེ་བའི་ཆེ་རྟོག་ཡིན། འདི་བཞིན་བབ་ན་ཅི་ལ་བཟང་། ཆེ་བཙུན་  
 ཅད་པ་དག་ལ་ངན། ད་ཞལ་ཁད་ལན་རུ་དིང་དིང་ན། གཏམ་གྱི་གྲུར་ཆེན་  
 སྤུབ་བ་ཡིན། སྟོ་བརྒྱུག་ཕྱོག་ཁྱུང་བ་ཡིས་ཁྱེད། རྒྱུན་དིང་བརྒྱ་ཁ་ཐལ་བས་  
 བཀའ་སྟེང་ན། རྟག་མོས་མདས་ཟེན་གྲང་ཟེད། གལ་བར་དག་སྤྲེལ་མཁར་  
 དང་འཕྲད། བྱ་ཡུན་གསལ་བྱེད་སྟོན་མ་བཀྲག། གཏོ་སེལ་ཡག་བའི་མོ་  
 སྤྲེལ་ཡིན། བྱ་སུར་དཔའ་པོ་དཔའ་པོས་མནན། ལུས་རྒྱ་སྟག་མ་སུ་ཅེ། །  
 རྩ་ཆོད་གསུ་སྟག་ལ་ཞོན། སྟོ་ཆེ་སྟག་མོ་ནགས་དང་འཕྲད། དམུ་དག་སྟག་  
 མོ་ནགས་དང་ཕྲད། རྒྱུར་དཀར་སྟག་མོ་ཆང་རུ་ཉལ། ཆོལ་ཆེ་སྟག་མོ་གཟེན་

དང་འབྲུད། །བག་ཚེ་སྟག་ལ་རི་མོ་བག། །མྱུང་བརྒྱུད་སྟག་མོ་དཔའ་ཅུལ་  
 རྒྱལ། །ཨ་ཁད་མཁས་འདོད་སྒྲུ་ཕྱེ་བདར། །མྱུང་ཁད་གཏམ་རན་མི་ཁ་  
 བགས། །སད་ཁམས་མ་སང་པ་ཞོར་འབྲུད། །སང་ཟེར་དག་སྒྲུ་ཚུ་མིག་  
 རྟེད། །ཕྱོད་མུར་ཨ་ཁད་སྒྲུ་ཕྱེ་ཆད། །མེ་སྟོད་རྒྱ་སྟག་མཆེ་བ་མུད། །ནག་  
 ཐོག་སྟག་མོ་ས་མདས་བསད། །ཁྱི་མུར་སྟག་གི་ཆ་རོག་བཅད། །སྒྲོག་དམར་  
 རྒྱ་སྟག་རི་མོ་བག་བས་བཟང། །རྒྱང་སྒྲར་སྟག་དང་སེང་གེ་བསྐྱོད། །ཡང་ལྷང་  
 སྟག་མོ་ནགས་ན་བདེ། །སྒྲུ་མ་མཉམ་སྟག་ལ་ཐང་གལ་བག། །སྒྲོ་བརྒྱུག་སྟག་  
 མོ་སྒྲར་གིས་བསད། །གཏོ་ལ་འཆི་བསྒྲུ་བླ་བསྒྲུ་བྱ། །ཅོར་མཆོན་ཆད་ག་ལ་  
 ཐེབས། །གཡང་དུང་སྒྲོན་ཆེན་ཁྲི་ལ་འབྱིང། །ཁྱེ་བ་སྟག་དང་བྱ་རོག་གཞུང་  
 འབྲེལ་བཟང། །དེ་རོག་མི་ཞོར་གོང་དུ་འཕེལ། །དམུ་དབལ་ཨ་ཁད་ཞིང་  
 དུ་མྱུང། །སྒྲུ་མ་རིགས་གསལ་སྒྲོན་ཚུ་ཡིས་བསད། །བྱ་རལ་རྒྱ་སྟག་ཁྱི་རུ་  
 སོར། །སྒྲུ་ཕྱེ་མུང་མུར་སོར་བ་ཡིན། །ཁི་ཡན་སྟག་མོ་རྩོ་ཡིས་ཟེན། །གསེར་  
 བྱ་སྒྲུ་པ་ཐང་ལ་མུད། །མར་ལྷང་སྟག་མོ་འགྲུགས་སྟེས་བཟང། །སྒྲོ་བར་  
 སྟག་ཆང་སྒྲར་གིས་དཀྲུགས། །ཁ་མུར་རྒྱ་སྟག་འདྲོལ་གྱིས་ཟེན། །སོ་ཡན་  
 པ་གི་བྱ་རྒྱས་ཡིན། །གཡག་ཆད་ཅོན་མདའ་དེ་ཟད། །རུ་སོད་ཐག་སྟོད་  
 དོམ་གྱིས་བསད། །མ་ཟེ་སྒྲུ་ཕྱེ་འབྲུལ་བས་ཟེན། །ན་འབན་རྒྱ་ཡིས་ཐན་སྒྲ་  
 ཡིད། །དམག་དཔོན་ཕྱོས་ནས་དར་མདུང་གོར། །ཁྱོད་རིགས་རྒྱ་སྟག་རྩོ་ཡིས་  
 ཟེན། །སངས་རིགས་དཔའ་བོ་དག་ལ་འཐབ། །བྲག་རིགས་རྒྱ་སྟག་དཔའ་

དང་བཤམ། ༄༄༄༄ ཐི་གུ་རྩ་སྤྱེལ་ཐང་ལ་ལྷུང་། །འདི་རང་རྩ་རྩ་ལྷུང་  
 དཀར་པོ་ཡིན། །རང་རྩ་རྩ་ཡི་ན་ཆུང་ཡིན། །ཐག་རིང་མགོན་པོའི་གཏམ་  
 རྩ་ཡིན། །རང་རྩ་ཐིག་དུགས་ཉི་མ་ཡིན། །རྩ་བ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱེལ་ཡིན། །  
 རྩ་ཐིགས་འཐེན་པའི་ཐག་པ་ཡིན། །ལྷེ་ལུང་དཔའ་དང་སྤྱད་མི་ཡིན། །ལྷི་  
 ལུང་རྩ་མཆོན་འབྲུག་ཉེར་ལྷེ་པོ། །སྤྱད་པམས་འདི་ལ་འདུས་པ་ཡིན། །རྩྱང་ལ་  
 ལྷ་གསོལ་བྱད་མི་ཡིན། །སྤྱོད་པ་རྣམས་ཀྱི་དཔའ་ཐག་ཡིན། །སྤྱོད་པ་གསོ་  
 པའི་ལྷ་ཆབ་ཡིན། །མྱིད་པ་གང་གི་རིང་ལ་བབ། །གཤེན་རབ་པོན་འཁོར་  
 བསྐྱོར་ཉིན་བབ། །དབྱེས་པ་གལུང་དུང་པོན་ལ་དབྱེས། །ཁ་འཛིན་སངས་  
 རྒྱས་ཆོས་ལ་བྱེད། །ཅི་བཏབ་ཅི་ཡི་མོ་ལ་བཟང་། །གཏམ་རྩ་བ་དན་བསྐྱོང་  
 རོ་ཡིན། ༄༄༄༄ །འདི་ཡི་བརྒྱུག་ཁ་དང་པོ་ནི། །སྤྱད་ཀྱི་ཁ་སྤང་དཀར་ཐོག་  
 ཟེར། །ལུག་པས་འབྲི་མིག་ཤེས་ཆེན་དུན་དུན་བརྒྱུག །བར་པས་སང་ལིང་  
 ཆོས་འཁོར་ཟེར། །སྤྱོད་པས་འོད་དཀར་གལུ་ཡི་ལུག་པོན་བརྒྱུག །ཡང་དག་  
 གཤེན་གྱིས་མཆོན་གསོལ་བ། །སྤྱད་པོན་ཆེན་གསལ་བའི་སྤྱོན་མེ་ཟེར། །  
 དཀར་ཐོག་གསུམ་གྱི་འབྲིང་པོ་ཡིན། །ལྷི་ལུང་ཉེར་ལྷེ་འདུས་ས་ཡིན། །རང་  
 སའི་བཅོན་སྐུ་བཟང་ལྱང་། །དག་སྤྱི་དཔའ་ཆུང་ར་མ་ཡིན། །ཐོ་དཔའ་  
 པོས་དག་སྤྱི་དཔའ་གཉའ་བ་མཐོན། །སྤྱོན་འཛིང་མས་སྤྱི་ཀྱུ་མིག་བརྟོལ། །  
 བན་མཁས་པས་སངས་རྒྱས་བསྐྱོན་པ་ཟེན། །པོན་བཟངས་པོས་གཤེན་  
 རབ་བརྒྱད་པ་སྤྱེལ། །མགྲོགས་པས་བར་སྤྱང་རྒྱང་རྩེས་ཟེན། །ཟས་དུག་

ཀྱང་སྒྲུབ་མཆོག་བདུད་ཅིར་འབྱུང་། །པེར་དཀར་ཅན་གྱི་དག་སྒྲ་ཡིན། །ཕྱི་  
 སར་དག་གྱོད་གོད་ཁའི་ངོ་། །གཉིས་པ་ལ་ལྷང་སྒྲུག་ཐོག་ཡིན། །ཁོར་གཡང་  
 ཅན་བརྒྱ་ཡི་གཡང་ཐག་ཡིན། །ཟས་བཅུད་ཅན་སྟོང་གི་ཁ་ཞག་ཡིན། །པེར་  
 སྒྲུག་ཅན་གྱི་དག་སྒྲ་ཡིན། །རང་སར་གཡང་གི་རུ་མ་ཡིན། །ཕྱི་སར་ཤོར་  
 བ་གཡང་ཁ་རལ། །གསུམ་པ་ལ་ལྷང་དམར་ཐོག་ཟེར། །ལ་ལྷང་ནང་གི་སེ་  
 སྟོད་ཡིན། །དག་ལྟ་དུ་མ་ཤ་ཟན་ཡིན། །བརྒྱ་ཤ་ཟ་ཞིང་སྟོང་ཐག་འབྲུང་། །  
 པེར་དམར་ཅན་གྱི་དག་སྒྲ་ཡིན། །ཁོར་དང་ཡ་མ་ནག་པོར་བཟང་། །རང་སར་  
 དམར་ངོ་ཤོད་ཡིན། །སྒོ་བརྒྱག་ནག་ཐོག་སེ་སྟོད་ཡིན། །ལ་ལྷང་བྱི་ལ་འཕར་  
 མ་ཟེར། །ཤི་གསོན་ལག་པ་སྒྲེལ་མི་ཡིན། །ཤི་མིག་གསོན་ལ་བརྟུས་པ་  
 ཡིན། །དག་སྒྲ་དམེ་ཤས་མཐོལ་བ་ཡིན། །རྒྱང་སེ་ཅི་ཡིས་དུག་པ་ཡིན། །  
 ལྟ་ཡི་བུ་མོ་ཤི་ངོ་ཡིན། །གཅིས་པའི་བུད་མེད་གྱི་སྒྲུབ་ཡིན། །ལོ་མལ་བབ་ན་  
 བ་ངོ་ཡིན། །བརྒྱད་ནས་བབ་ན་ཤི་ངོ་ཡིན། །འདི་གཡག་བརྒྱའི་ར་མ་གཙོད་  
 པའི་གྱི། །རི་དྲགས་ཡིང་ལ་འགོ་ཉིན་བཟང་། །ལ་ཐང་གཡག་བརྒྱའི་རོ་  
 ཡིས་བཀང་། །མ་ཐང་འབྲི་བརྒྱའི་རོ་ཡིས་གང་། །བར་ཐང་བེའུའི་རོ་ཡིས་  
 བཀང་། །ཤ་རུལ་བྱ་ཡིས་མི་ཟ་ཞིང་། །ཀོ་རུལ་འབྲུས་ཀྱང་མི་གཡེང་ངོ་། །  
 དཀར་ཐོག་ནག་ཐོག་འདོམ་པ་ན། །སྒོན་ལམ་བཟང་པོ་དམོད་མོར་སོང་། །  
 ལྟ་སྒྲུང་བདུད་དུ་བབ་པ་ཡིན། །དག་སྒྲ་དམོ་དང་གྱིབ་གྱིས་འགགས། །ལྟ་  
 གསོལ་ལོག་པར་སོང་ངོ་ཡིན། །སྒྲུག་ཐོག་ནག་ཐོག་འདོམ་པ་ན། །ལྟ་འདྲེ་

ལག་པ་སྒྲེལ་བ་ཡིན། །བཟང་ངན་འདྲེས་པའི་མོ་མདུད་ཡིན། །འཕྲུགས་པ་  
བྱེད་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །ཤེར་མ་གྱི་འགྲངས་ཁྲག་གིས་རོམས། །ཡུལ་ས་  
དྲོ་འཇམ་མོ་ལ་ངན། །བ་ཁོག་རྣམ་གསུམ་གར་བབ་ཀྱང་། །བྱ་སྒྲིལ་ཆར་དང་  
མི་འཆི་འོང་། །ཁོར་མང་སོགས་ཀྱང་ཞབ་དོལ་ཡིན། །ལྷག་པར་ནོང་བྱ་དག་  
ལ་ངན། །དཀར་སྒྲུག་དམར་ཐོག་གསུམ་འདོམ་ན། །ལ་ཁང་དྲ་མ་མདུད་  
ཆེན་ཡིན། །དག་བླ་འཛིན་པ་སྟོབས་ཆེན་ཡིན། །ཤལ་ཆེན་དམག་གི་མོ་  
འདེབས་ན། །བཙུག་ཅིག་བཙུག་སུམ་སྟེང་དུ་བཅེས། །དག་བླས་དག་བསད་  
མགོ་བོ་བྱིར། །དག་སོད་ནོར་རྟེན་སྟན་པ་རྒྱས། །དེ་བཞིན་གཉིས་བརྒྱག་དུག་  
དང་ནི། །གསུམ་བརྒྱག་བཞི་དང་བཞི་བརྒྱག་གཅིག་ །བཟང་ངན་མིང་འདོགས་  
ཤེས་པར་བྱ། །རང་སྟན་ལྷ་རྒྱུད་དཀར་པོ་འདི། །གཅིག་གི་སྟེང་དུ་བབ་པ་  
ན། །གཏམ་སྟན་གར་ནས་འབྱུང་ངོ་ཡིན། །ལྷ་རྒྱུད་དཀར་པོ་ནམ་མཁར་  
ལྷང་། །ལྷ་གསོལ་བསོད་ནམས་བརྩམ་ན་ལེགས། །གཉིས་རྒྱ་བོད་སྟན་ལམ་  
འདྲེས་པ་ཡིན། །གཉེན་བཤེས་ཆོང་མགོན་མོ་ལ་བཟང་། །གཤིན་པོ་དུར་  
ས་བདེ་བ་ཡིན། །གསུམ་རྒྱུད་གསུམ་ཁ་ནས་གཏམ་སྟན་ཡིན། །ཟས་ནོར་  
གོགས་གྱི་གཡང་ཁ་ཁྲག་ །བྱེ་མར་གལ་ཏ་མགོ་འབྲེལ་ཡིན། །བཞི་ལྷ་སྟན་  
ལྷ་བྱིམ་བསུས་པ་ཡིན། །བང་མཛོད་ནོར་གྱིས་གང་བས་བཟང་། །ལྷ་སྒྲུ་སྟན་  
དཀར་པོ་ཆས་སྒྲ་ཞུགས། །ལྷ་ཐིན་བར་གྱི་འཕྲིན་པ་ཡིན། །དུག་བྱ་རབ་  
རྒྱལ་དང་དམུ་ཟ་སྟན། །སྟངས་དང་དབྱལ་དུ་བྱུང་བས་བཟང་། །ལྷ་མཆོན་

དག་སྒྲུལ་མགོན་སྐྱབས་བྱེད། །སྒོ་དང་བྱ་བ་ཅི་སྒྲོན་འབྲུག། །བརྒྱད་མིང་  
 པའི་ཤེལ་བྲག་དཀར་པོ་ལ། །སྒྲོན་པའི་དྲངས་ཤིང་ཚུགས་པ་ཡིན། །མི་ཆེན་  
 སྒྲ་མའི་གསུང་སྟན་གནང་། །དགྲ་གཉན་སྒྲོང་བར་གྱི་འཕྲིན་པ་ཡིན། །བརྩ་  
 གནམ་སྒྲོན་དཀར་མོས་ལྷེའུ་མིག་བསྐྱམས། །སྒྲིན་གྱི་གནམ་མཐོང་བྱེ་བ་  
 ཡིན། །བརྩ་གཅིག་དག་སྒྲའི་རྟ་དཀར་གྱི་རྩ་མཁྱོགས། །ཕྱོ་མ་ཡེ་སངས་  
 དག་ལ་ཆས། །ཡེ་ངམ་བར་གྱི་འཕྲིན་པ་ཡིན། །དག་ཟུན་བར་གྱི་ལབ་མདའ་  
 ཚུགས། །བརྩ་གསུམ་མི་སྒྲོག་བྲག་བས་སྒྲ། །མི་ཙོར་བསྟན་པ་དར་བྱས་  
 ཡོང་། །~~མི་གྲུ་གཅིག་དེ་ཁོག་ལ་འཇུག།~~ །སང་གྱི་མ་ལ་རུན་ཐག་  
 འདི། །སང་མོད་མོག་མོ་བྱ་བར་ཡིན། །གསེར་གྱི་ཉི་མ་གྲུང་ལ་ཤར། །རུང་  
 གི་ཐུབ་མོ་རྒྱབ་ལ་ཁུར། །གཡུ་ཡི་མོག་མོ་མགོ་ལ་གྱོན། །སྟོབས་གྱི་སྒྲུང་པོ་  
 ས་སྒྲུང་ཆིབ། །མཁྱོགས་གྱི་གྱི་ཡིང་ཁ་དཀར་ཁྲིད། །ལྷ་མདའ་ཡི་མ་ལག་  
 བགསོར། །ཁནས་མི་དལ་བཤུགས་སྒྲུ་ལེན། །ཐང་རེ་རི་རབ་གྲུང་ལ་བསྐྱོར། །  
 ཐང་རེ་རྒྱལ་མཚོ་རྩལ་གྱིས་འདྲེན། །ཐང་རེ་བར་སྤང་མཐོ་ལ་འཇུག། །གོ་མ་  
 པ་མི་དལ་མི་མཁྱོགས་འདོར། །ཟས་ནི་མི་སྟོག་མི་འགྲང་བ། །གཏམ་ནི་  
 མི་འཇམ་མི་རྩལ་སྒྲུ། །ཁ་ཕོ་མི་བྱེད་སྟོང་ལ་བརྟན། །འདོད་པ་དག་ཡི་ཤ་ལ་  
 འདོད། །གནས་པ་མཁར་གྱི་སྟོ་ལ་གནས། །དམག་རག་གཉིས་ལ་སྟོད་རུ་  
 དགོས། །ཆོང་མགོན་གཉིས་ལ་བར་རུ་དགོས། །བག་མ་འགོ་བསྐྱོད་རུ་  
 དགོས། །ལར་དག་གཞི་དཀོར་གསུམ་ཀུན་ལ་བཟང་། །འདི་རྩ་འཕུལ་སྒྲ་

བ་དཀར་མོ་ཡིན། །དག་སྒྲུ་མ་ལྟ་བུ་ཇི་ཡིན། །བུ་ཚོ་གསོ་བའི་མ་ལྟ་ཡིན། །  
དུང་ལྷུང་དཀར་བའི་མཆེ་སྒྲེར་ཡིན། །མཚོན་ཆ་ནམས་ཀྱི་སྟིང་འཛེར་ཡིན། །  
སད་ཁམས་ནམས་ཀྱི་འཐེན་བྲག་ཡིན། །བཤོག་ནམ་གསུམ་གར་བབ་ཀྱང་། །  
བུ་ཚོ་སྟིང་སྒྲུག་ཆར་རོ་ཡིན། །བརྒྱད་དང་བཅུ་གཅིག་གར་བབ་ཀྱང་། །མཚོན་  
ཆ་དག་ལ་མི་འཛོར་རོ། །བསྐྱུང་ནས་བྱི་སར་སོང་བ་ན། །ཁྱོ་མཚོན་དག་ལ་  
ཤོར་དོགས་ཡོད། །ཁྱོ་མཚོན་རང་མས་དག་སྒྲུ་བརྒྱན། །དག་མནན་མཚོན་  
ཆ་ཡོན་དུ་བྱིན། །དེ་ཡི་མཁར་ཁར་བརྒྱག་སོང་ན། །~~མཚོན་ཆ་~~སད་ཀྱི་ཡི་  
བྱིན་དན་ཆུ་ཡིན། །ལ་ལས་དུང་སེང་དཀར་མོ་ཟེར། །སྲིད་ཚད་མཚོན་གྱི་  
སྟིང་འཛེར་ཡིན། །དེ་བརྒྱུད་བ་མ་ཡིན་རང་གྲུབ་ཡིན། །རང་སའི་བཙན་ས་  
གར་བབ་བཟང་། །ལྟག་བར་ཡ་རབ་མོ་ལ་བསྒྲགས། །བྱི་སར་ཤོར་ནས་  
ལན་ལད་ན། །དག་སྒྲུའི་མིང་ཅན་མི་ཤི་ནས། །རྟ་དམར་ཁུར་སེར་ཁུར་དག་  
ལ་འཛོར། །ལྟོག་ན་དག་སོད་རྟ་དེ་ཡོན། །བཤོག་གསུམ་དུ་བྱ་སྟེ་རོ། །མིང་  
ཡང་དག་སྒྲུ་ཆུ་ལ་དུ་ཐོགས། །འདི་ཡི་ལན་དུ་སད་ཁམས་ན། །ལྟ་དབའ་  
རྒྱད་ཐོན་ནས་ཆུས་ཆེན་ཡོན། །བྱ་ཡུན་དག་སྒྲུའི་དར་འཕྱུ་ཚུགས། །དིང་  
དིང་དག་སྒྲུ་གར་བྱིས་བདེ། །ཨ་ཁད་ཅེ་མ་དག་སྒྲུའི་ཁའོ་སྒྲོགས། །དེ་གསུམ་  
དག་སྒྲུའི་སྟན་ལམ་དང་། །ཆུས་ཐོབ་དམག་མགོ་ཐོན་བ་ཡིན། །སྒྲུམ་གྱི་  
དངས་མ་སྒྲོ་བརྒྱག་དང་། །ཁེ་སྟོང་སྒྲོ་བརྒྱག་ཐང་ལེ་སྒྲ་དམར་གསུམ། །སྟིང་  
འཛེར་བཤིག་བའི་བདུད་གསུམ་ཡིན། །སྒྲོ་མ་གཏོགས་བའི་བརྒྱག་གཉིས་ན། །



དུང་བྱུང་མཆེ་སྒྲེར་གཡས་གཡོན་ཡིན། །ལྟ་ཡི་མཚོན་ཆ་རང་གྲུབ་ཡིན། །  
 བརྒྱབ་མི་དགོས་པར་བསམ་བསམ་ཆོག། མཚོན་ལ་མི་སྤྲིད་དགྲ་སྤྲིད་ཀྱང་། །  
 བསམ་བསམ་ཆོག་པ་འདི་ལས་མེད། །འདི་སྒྱུ་མ་རིགས་གསོ་བའི་བདུད་ཅི་ཡིན། །  
 སྒོ་བྲག་འཆོས་པའི་སྒྲན་པ་ཡིན། །སོ་བྲག་འཐེན་པའི་ཐག་པ་ཡིན། །ཁྲིལ་  
 ཐག་གཅིད་པའི་སྒྲུ་གི་ཡིན། །ངན་སོང་འདྲན་པའི་སྒྲོབ་དཔོན་ཡིན། །དབུལ་  
 འཕོངས་སེལ་བའི་གཏེར་མཛོད་ཡིན། །བདུད་ཅི་དྲི་མཚོག་ག་ལུར་ཡིན། །  
 ཅན་སྒྲུལ་གྱི་སྒྲིང་པོ་ཡིན། །ཆོད་པ་སེལ་བའི་སྒྲན་མཚོག་ཡིན། །སྒྲུ་ཞིབ་  
 སྒྲུད་པའི་བྲག་ཆ་ཡིན། །སྒྲེད་དུ་གཞི་ཡི་དྲན་ལུང་ཡིན། །བར་དུ་མཁར་གྱི་  
 ཀ་གཤུང་ཡིན། །སྒྲོད་དུ་དམག་གི་ཁ་འཛིན་ཡིན། །~~མ་སྒྲུབ་བྱུང་~~  
 སྒོ་ལ་བརྒྱག། །མ་ལྟ་སྒྲུབ་ལྟ་འདྲེ་ལ་བཅོང་། །སོ་ལྟ་སྒྲུབ་མི་སྤྲིང་བཅོང་བ་ཡིན། །  
 སྤྲོན་པ་གསོ་བ་དང་། །དམག་རྒྱུ་སྒྲུབ་ལ་ངན། །དེ་ཡི་བརྒྱག་  
 ཁ་འདོམས་པའི་རིགས། །གཞན་ཀྱང་རྒྱུ་སྒྲུབ་པར་བྱ། །~~མེད་~~ ཁོག་  
 ལ་ཐི་དགྲ་གཉིས་འཇུས་སད། །རོག་པ་ཐེ་སད་ཅེས་བྱ་ཡིན། །རོག་པ་ལྟ་  
 རྫོང་སད་ཀྱི་བྱ། །དགྲ་བྱུང་མེད་ནད་པའི་མོ་ལ་ངན། །གཅིག་ལ་ནོར་ཤོར་  
 མོ་ལ་བཟང་། །བཅུ་གསུམ་གྱོད་ལ་གྱོད་འཕེལ་ཡིན། །སྒོ་བརྒྱག་བྱུང་ན་  
 ལྟག་པར་ངན། །~~མེད་~~ དེ་ཡི་ཐིག་གཉིས་ཅམ་ཐིག་འབྲེལ། །རོག་པ་ཅམ་  
 ཐིག་ཐེ་སད་ཟེར། །བ་བྲག་ཐེ་སད་ཅེས་ཀྱང་བྱ། །ཁ་དང་བྲུ་བྲུ་པ་ཡིན། །  
~~མེད་~~ མོ་ལ་ཐི་གྲུ་གསུམ་བཀོན་སད། །དུ་ནམ་ཐུགས་ཀར་སད་ཅེས་

བྱ། །ཁ་ཅིག་དམ་པས་སང་ཀྱང་ཟེར། །སྒོན་པའི་ལྟ་དབྱིག་དཀར་པོ་ཡིན། །  
~~མཁུན་པའི་ལྟ་དབྱིག་དཀར་པོ་ཡིན།~~ དེ་ཡི་ཐིག་གཉིས་པན་ཚུན་འདུས། །དམ་ནམ་དགའ་བྱེད་ཐེ་སང་  
 ཡིན། །མཁུན་པའི་བང་ཆེན་སྒྲེབས་ངོ་ཡིན། །~~མཁུན་པའི་ལྟ་དབྱིག་དཀར་པོ་ཡིན།~~ དེ་ཡི་ཐིག་གསུམ་  
 པན་ཚུན་འདུས། །དམ་བྲག་ཐེ་སང་ཅེས་སུ་བྱ། །ངམ་གྱི་ཟངས་གཞུ་ལྷགས་  
 མདའ་ཡིན། །~~མཁུན་པའི་ལྟ་དབྱིག་དཀར་པོ་ཡིན།~~ མོ་ཁོག་བཞི་སྒྲེལ་ལྷགས་ཐག་འདྲ། །ཤིང་ཤག་ཐེ་  
 སང་ཅེས་སུ་གྲགས། །ཐེར་མ་དག་ལྷང་ཟུན་ལྷང་ཡིན། །~~མཁུན་པའི་ལྟ་དབྱིག་དཀར་པོ་ཡིན།~~ སུམ་  
 སྒྲེལ་དཔུས་མར་མོ་རྟས་ཟེན། །དོན་གྲུབ་དབང་གི་ཐེ་སང་ཡིན། །གཅིག་  
 ལ་མི་ནག་མོ་ལ་བཟང་། །གསུམ་ལ་མིང་བྱ་བུ་མོ་སྒྲེ། །~~མཁུན་པའི་ལྟ་དབྱིག་དཀར་པོ་ཡིན།~~ དེ་ཡི་མོ་  
 རྟས་གཉིས་ཟེན་ན། །མུ་ཁུང་རི་ནམ་སང་ཅེས་བྱ། །གཅིག་ལ་ཡུལ་སྒྲོས་  
 བྱེད་ན་བཟང་། །བརྒྱད་ལ་བརྩེ་དག་ལ་བཟང་། །དགུ་ལ་ཐོན་པོ་དག་ལ་  
 བཟང་། །~~མཁུན་པའི་ལྟ་དབྱིག་དཀར་པོ་ཡིན།~~ གསུམ་པོའི་མཐའ་གཉིས་སོ་ཡིས་བཀྲུག་ །ཉི་འོད་འབར་  
 པའི་ཐེ་སང་ཡིན། །རྩ་ཡི་དབྱིག་རྟ་དཀར་པོ་ཡིན། །~~མཁུན་པའི་ལྟ་དབྱིག་དཀར་པོ་ཡིན།~~ མོ་རྟ་གཉིས་  
 སྒྲེལ་གཅིག་འདུས་ན། །མཁའ་གློང་དབྱིངས་གྱི་ཐེ་སང་ཡིན། །དམ་རྒྱའི་ཡི་  
 ཕྱོན་ཐེ་སང་ཟེར། །རྩ་ཡི་དྲུང་དབྱིག་དཀར་པོ་ཡིན། །~~མཁུན་པའི་ལྟ་དབྱིག་དཀར་པོ་ཡིན།~~ སུམ་འབྲེལ་  
 གཅིག་ལ་མོ་རྟས་ཟེན། །སང་རྒྱར་གསུམ་འཕྲུལ་གྱི་ཐུགས་ཀར་རམ། །མུ་  
 ལེ་རྒྱར་གསུམ་སང་ཅེས་བྱ། །~~མཁུན་པའི་ལྟ་དབྱིག་དཀར་པོ་ཡིན།~~ དེ་ཡི་གཉིས་ལ་ཟེན་པ་ན། །སང་གྱི་  
 ཅུང་ལང་དང་འོད་ཟེར། །གཅིག་ལ་མ་སྒྲིན་པའི་ངོ་། །བདུན་ལ་པ་སྒྲིན་དམེ་  
 སྒྲེལ་འོད། །དྲུག་ལ་བྱང་མེད་ནལ་གྱིས་འཕུང་། །གསུམ་ཟེན་སུ་ཁུང་སུ་ལེ་

ཟུང་གསུམ་སང། །དུ་བྲག་མུ་ལེ་ཟུང་གསུམ་སང་གྲང་ཟེར། ~~ཟུམ་~~ ཟུམ་  
ལ་གཅིག་འཇུས་སོས་བཀྲུག་པ། །ཀྱུ་དོ་ཡར་སྒྲེ་སང་ཅེས་བྲ། །ཡར་ནམ་  
ཐེ་སང་ཅེས་གྲང་བྲ། །བཙུག་ཅིག་བ་བཙུན་འཕེལ་ཐག་ཆད། །བདུན་ལ་སྤྱུག་  
པོ་ཡར་ཤིད་ངན། །གཅིག་ལ་མ་རབ་རྩུང་གསུམ་བཟང་། །བཙུག་ཅིག་སྒྱིད་  
ངན་སྤྱུག་ལ་བཟང་། ~~ཟུམ་~~ མོ་དེ་སྤྱུ་གུ་འི་ནང་དུ་བཀྲུག་ །ཀྱུ་དོ་མ་ཆེ་ཐེ་  
སང་ཟེར། །མར་ནམ་ཐེ་སང་ཅེས་གྲང་བྲ། །བཞི་ལ་སྤྱུག་སྤྱུ་འདྲེ་ཞུགས་  
ཡིན། །བཙུག་སུམ་དག་ལ་གྱི་གསུམ་འོང་། །གཅིག་ལ་བྱི་བ་ལོ་བར་ངན། །  
དེའི་སྤྱུམ་དང་སྤྱུ་གུ་གཉིས་ཀ་ལ། །སོས་བཀྲུག་ཁ་ཞུག་ཐེ་སང་ཟེར། །མུ་  
ཁ་ཟ་ཡག་ཅམ་ཐིག་ཡིན། །སང་གསུམ་ཐེ་སང་ཅེས་གྲང་བྲ། །ཡུལ་ས་དྲོ་  
འཇམ་མོ་ལ་ངན། །ལྷ་རམ་བས་མི་ནི་གསོང་ངོ་དང་། །གཡག་རམ་བས་  
སོ་མ་གསོད་ཅེས་ངན། །འདི་གསུམ་སྒྱུར་ལ་བརྒྱག་སོང་ན། །ཡུད་ལུང་ནང་  
གི་གསེར་རྩིད་བཟང་། ~~ཟུམ་~~ ཟུམ་དང་སྤྱུ་གུ་སོ་སོར་ནི། །མོ་རྟ་དག་  
ལ་འཇུས་པ་ན། །དུ་བྲ་ཁ་ཡག་གི་ཐེ་སང་ཟེར། ~~ཟུམ་~~ ཟུམ་ལ་སྤྱུམ་བཀོན་  
སང་དེ་ནི། །སྤྱུམ་བྲག་ཐེ་སང་ཅེས་སྤྱུ་བྲ། །ཡང་ན་སྤྱུམ་བྲག་རིང་རྩུ་ཟེར། །  
བཙུག་སུམ་མི་ཆུན་ནད་པར་ངན། །ཡུག་གི་རུས་བས་མཚུན་གསོལ་བྲ། །  
~~ཟུམ་~~ ཟུམ་ལ་ཐིག་གཉིས་སྤྱེལ་ཏེ་འཇུས། །ཤོ་དོ་སྤྱུགས་ཀར་ཐེ་སང་ཡིན། །  
གསུམ་ལ་མི་ནོར་མོ་ལ་བཟང་། །བརྒྱད་ལ་མིད་སྤྱུ་བྲ་དོ་ཡིན། །བཙུག་ཅིག་  
གཉེན་གྱི་མོ་ལ་བཟང་། །བཙུག་སུམ་གི་ཆད་མེད་པས་བཟང་། །སྤྱེལ་བརྒྱག་

སོང་གིན་ཏུ་ངན། །~~མཐུན་པུ་ལོག་ལ་སོ་བཀུག་ན།~~ །ཆུ་སྐར་ཐེ་སང་  
 བྱ་བ་ཡིན། །མདུན་ཁུར་དོ་ཡིན་གང་ལ་ངན། །བཙུ་གཅིག་སྐྱུག་པོ་འི་མོ་ལ་  
 བཟང་། །སྦྱིད་པོ་འི་མོ་ལ་ངན་བ་ཡིན། །~~མཐུན་པུ་ལོག་ལ་སོ་བཀུག་གཅིག་~~  
 བྱ། །གནམ་ལྷགས་སེ་སྦྱོད་བྱ་བ་ཡིན། །ཡང་ན་སང་ཤེལ་ཐེར་བྱ་དཀར། །  
 སོ་ཡོན་དཀར་མོ་འགྲན་ལྷ་མེད། །རྒྱན་ངག་གཉིས་གྱི་དག་སྤྲེལ་ཡིན། །ཉི་  
 ཟེར་འབྲུལ་གྱི་ཞགས་བ་ཡིན། །ལྷ་ཟེར་འབྲུལ་གྱི་ཨ་ལོང་ཡིན། །བཏབ་  
 བ་ཟེར་མའི་རྒྱུད་ཡང་ཟེན། །ཟེན་ན་བཅན་བདུད་གིང་གསུམ་ཐུབ། །ཡང་  
 དག་འཛིན་བྱེད་ཞགས་བ་ཡིན། །ཞགས་བ་ཅན་གྱི་དག་སྤྲེལ་དེ། །རྒྱན་མ་འགྲོ་  
 བའི་ཐེར་མ་ཡིན། །དེ་ལ་བརྒྱག་གཉིས་སོང་བ་ན། །སང་ཤེལ་ཐེར་ཡང་  
 སངས་མཆོལ་སྐྱུག་རིས། །དག་སྤྲེལ་གཏུམ་པོ་ཆུ་སྐོན་མགོ་ཆུ་སྐོན་ཕྱོལ་སྐྱུལ་  
 བག་མཐུག་དག་ལ་མཆོན་ཐང་བྱེད་མི་ཡིན། །འིང་བར་མཆོན་འགྲོས་བྱེད་  
 བ་བཟང་། །མཆོན་འགྲོས་བྱས་ན་དག་དང་ཐུག་དག་དང་ཐུག་ན་འུར་ཆོམ་  
 འཐབ། །གནངས་གྱི་སྐྱར་ལགས་གྲོལ་དོ་བཟང་། །དེ་ལ་བརྒྱག་ཁག་སྐྱུམ་སོང་  
 བ། །སང་ཤེལ་ཐེར་འཁོར་ལོ་བསྐྱུག་ཤེལ་ཆེན་དྲ་མ་འདེགས་ན་  
 བཟང་། །མཐོ་བའི་མཁར་ཆེན་ཅེ་ནས་ལབ། །མི་རྟ་བྱི་གསུམ་བསང་དོ་  
 ཡིན། །ཁོར་ལུག་གནག་ཁྱུ་ལོ་འདེད་བྱེད། །~~མཐུན་པུ་ལོག་ལ་སོ་བཀུག་ལ་~~  
 སོང་། །སྦྱོན་བ་སང་སྤྱ་གྱེར་རྒྱུད་ཡིན། །བྱུ་གསུམ་ཟུར་ལ་འབྲེལ་བ་དེ། །བྱ་  
 དམུ་གཅུག་གསུམ་དབང་ཐང་ཡིན། །གཉིས་པོ་ལྷགས་ཐག་འབྲེལ་བ་དེ། །

མིང་པ་ཡེ་སྒོན་རྒྱལ་མོ་དང་། །སྤྱོད་ལྷ་ལྷུ་མ་རྒྱལ་མོ་གཉིས། །ཕྱག་རྒྱ་གཅིག་  
 ཏུ་སྤྲེལ་པ་ཡིན། །མོ་སྒོ་ཟུར་དུ་བྱུང་བ་དེ། །འདྲེ་མིན་བྱུར་གསུམ་བྱུང་བ་  
 ཡིན། །མོ་མདུད་སུམ་བརྒྱ་དྲུག་ཅུ་ལ། །འདི་བས་སྤྱ་མ་གཅིག་ཀྱང་མེད། །  
 མིང་ཡང་སངས་རྒྱ་གྱེར་རྒྱུང་ཟེར། །དག་གཞི་དུར་གསུམ་ཀུན་ལ་བཟང་། །  
 བྱུང་བར་དགུ་ལ་བབ་བ་ན། །གཡུང་དྲུང་པོན་གྱི་གདན་ཁྱི་གཞོན། །  
 འདི་ལ་བརྒྱག་གཅིག་བཅས་བ་ན། །སངས་རྒྱ་ཤེལ་ཐོག་དཀར་པོ་འཇམ། །སྤྱག་  
 ལ་བྱ་ལོག་བརྒྱག་ཀྱང་ཟེར། །ལ་ལས་ཏུ་སྤྲེར་དཀར་པོ་ཟེར། །མིང་གསུམ་  
 གཤེན་རབ་མི་བོ་ཡིན། །ལྟ་འདྲེ་དབང་དུ་སྤྱད་མི་ཡིན། །འདྲེ་མིན་ཟིལ་གྱིས་  
 གཞོན་མི་ཡིན། །ཁུ་ཆ་གསོ་བའི་ལྟ་གསུམ་ཡིན། །ཁོར་གྲངས་འཇམ་ལ་བའི་  
 མ་གཡང་ཡིན། །དམག་ཆེན་འདེགས་བའི་ཁ་འཛིན་ཡིན། །དེ་ལ་བརྒྱག་  
 གཉིས་སོང་བ་ན། །སངས་རྒྱ་ལྟ་པོན་ལྟ་སྤྱུང་ཡིན། །ཡེ་གཤེན་དབང་ཚོགས་  
 སྤྱ་གནས་ཡིན། །ཡོད་ཁམས་ལྟ་དབྱིག་དཀར་པོ་ཡིན། །ཞག་དབྱིག་ལྟ་ཡི་  
 རྩ་ལྟ་འཇོ། །བཅུ་གཅིག་བཅུ་གསུམ་གར་བབ་ཀྱང་། །དག་ལྟ་ཆས་བས་  
 དག་ཁམས་བརྒྱག །གལ་ཆེན་མོ་ལ་སྤྱག་བར་བཟང་། །དེ་ལ་བརྒྱག་གསུམ་  
 སོང་བ་ན། །སངས་རྒྱ་ལྟ་ཡི་ལྟ་གསུམ་ཟེར། །དབྱིག་ཆེན་སྐར་མ་སྤྱ་རིས་  
 བརྒྱག །སྤྱ་རིས་སྐར་མའི་ཆོམ་སུ་འདི། །སངས་ཁམས་རྣམས་ཀྱི་ཡང་ལྟ་ཡིན། །  
 པོན་ཐིག་པ་རིམ་དགུའི་བང་མཛོད་ཡིན། །དག་སྤྱའི་གྲོལ་སྤྱག་ཆེབ་ཡིན། །  
 འདི་མི་འབབ་ན་ཡང་ལན་གཅིག་འབབ། །ཐེང་གཅིག་བབ་པའི་དུས་བྱུང་

ན། །ཕྱ་དེར་འཕྲོག་པའི་རྟ་སྒྲ་རིང་། །བར་དེར་བོན་གྱི་བསྟན་པ་དར། །  
 མདའ་དེར་ཁིང་སའི་ལོ་ཕྲོག་ལེགས། །རྟ་ཡོ་མ་ཁྱུ་བདུན་གསེབ་གྱིས་སྒྲོར། །  
 འབྲི་ཁྱུ་བདུན་འཕྲོང་དང་ཁྱུ་འདྲེས་བྱེད། །ལུང་ཁྱུ་ཆེན་བདུན་གྱིས་རི་བདུན་  
 འཁོར། །འབྲུ་སྒྲ་བདུན་ལ་ལོངས་སྟོན་བྱེད། །རིན་ཆེན་སྒྲ་བདུན་བསམ་  
 ལས་འདས། །ཁོས་དར་ཟབ་གསུམ་བརྗོད་མི་ལང་། །རྟ་དེལ་བོང་གསུམ་  
 བགྱང་མི་ལང་། །ཁྱི་ར་པག་གསུམ་སྒྲོ་ཁགང་། །བ་མཁར་རྟོལ་གསུམ་འཆོ་  
 མཁན་མེད། །ཐུགས་ལ་གཡང་ནོར་བསམ་མི་བྱབ། །ཡང་དག་ཐུགས་གྱི་  
 གྲོལ་ཕུག་ཡིན། །སད་སྒྲ་མེ་ཆ་ལྷུང་བ་ན། །སད་སྒྲ་མེ་ཆ་དཀར་མོ་ཡིན། །  
 བེ་ཆ་རྣམས་གྱི་གྲོལ་ཕུག་ཡིན། །ལྟ་ཡི་མཆོན་ཆ་རང་གྲུབ་ཡིན། །རྒྱས་ལས་  
 བཅོས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །རང་ས་རྣམས་སུ་བབ་ན་བཟང་། །ཁྱི་སར་ཤོར་དུ་མི་  
 རུང་ངོ། །~~ཁྱུ་མ་ལ་ཕུ་གུ་གཅིག་བསྟོན་ནས།~~ །མོ་རྟ་བག་ལ་སོང་བ་  
 དེ། །སད་གྱི་སྒྲ་ཆ་ལ་རུང་ཡིན། །གསེར་གྱི་རྩོ་རྩེ་རང་གྲུབ་ཡིན། །སད་  
 ཁམས་འཛིན་པའི་གཟུང་ཡིན། །བཀྲ་ཤིས་དེལ་བུ་གསུང་སྟན་ཡིན། །ཡང་  
 དག་ཆོས་གྱི་རྒྱལ་མཆོན་ཡིན། །ལྟ་ཁམས་རྣམས་གྱི་ཡང་སྟོང་ཡིན། །སྟོང་  
 གསུམ་མཐོ་རིས་ལམ་འདྲེན་ཡིན། །སྟོང་གསུམ་བབ་ན་དན་སོང་སྟོན་གཅོད་  
 ཡིན། །རང་སར་ཅི་བཟབ་ཅི་ལ་བཟང་། །ཁྱི་སར་རོ་སྒྲ་དེལ་བུ་ཡིན། །  
~~ཁྱུ་མ་ལ་ཕུ་གུ་གཅིག་བཅས་པ་ན།~~ །ཁྱི་རྟོག་སྟག་རིས་སངས་རྒྱས་  
 ཟེར། །སྟོན་པ་ཤུ་བྱུ་བྱུབ་པ་ཡིན། །སད་ཁམས་ཐམས་ཅད་བོན་བོ་ཡིན། །

བ་ཅ་ལ་རྩམ་བརྩེ་ཡིན། །རང་སང་བཅོན་ས་གར་བབ་བཟང་། །དམག་རྩག་  
གཉིས་ལ་སྟོང་དུ་གཅིས། །གཞི་བྱ་བ་ཁོག་གསུམ་དུ་གཅིས། །འདི་ཡི་ལན་  
དུ་གསེར་བྱ་རྟེན་ཆད་ངན། །དོ་རྩེ་རྟེན་བ་ཆག་བ་ཡིན། །འགྲོ་བ་ཡོངས་གྱི་  
འདྲེན་སྟོན་གྱི་ །ཉི་ལྷ་གཟུང་ཡིས་བཟུང་བ་ཡིན། །རང་སང་དག་དུ་འདི་བབ་  
ཀྱང་། །བཅུ་གསུམ་གསེར་བྱ་སེ་སྟོང་ན། །བཅོན་པོའི་བྱ་ལོན་བཞག་ན་  
འཕེལ། །ཀམ་ལུག་རིམ་གྱིས་རྩུབ་དོ་ཡིན། །ལྷུང་དུ་རིམ་གྱོ་དྲག་པོ་འབོད། །  
རང་སང་བཅོན་སང་འདི་བབ་ནས། །བྱི་སང་བྱ་མེད་སེ་སྟོང་ན། །ཁ་ཉེན་  
ཁ་པོག་བཞག་ན་བཟང་། །དེ་མིན་ཁ་པོག་འབྱུང་བ་དང་། །པོན་པོ་སོགས་  
ལ་ཁོར་ཤོར་དོ། །ལ་ཆེན་བདུན་ལ་བཀལ་ན་ཐུབ། །སང་གྱི་བ་རྩ་ལ་རྩམ་  
འདི། །བཅུ་གསུམ་སྟེང་དུ་བབ་བ་ན། །ནད་བ་མིན་བ་ཀྱན་ལ་བཟང་། །  
བཀྲ་ཀན་ནད་པའི་མོ་ལ་ངན། །འདི་ཡི་ལན་དུ་བཟང་ཁམས་ན། །སངས་རྒྱས་  
བསྟན་པ་དར་བ་ཡིན། །དེ་ལ་གལ་ཏེ་བརྒྱག་གཉིས་སོང་། །གཡུང་དུང་རྟག་  
རིས་ཆེན་པོ་ཟེར། །སངས་རྒྱས་རབས་བདུན་ཕྱོད་ཉེན་བབ། །ཆོས་གྱི་འཁོར་  
ལོ་བསྐྱར་ཉེན་བབ། །སང་ཁམས་རྣམས་གྱི་ཆོས་བ་ཡིན། །བསྟན་པ་མི་རུབ་  
རྒྱལ་མཆོན་ཡིན། །བསྟན་པ་འདོན་པའི་སྒོག་གིང་ཡིན། །ལྷ་ཡི་ནང་གི་ཡང་  
ལྷ་ཡིན། །སྟོང་བ་བཅུད་གྱིས་གང་དོ་ཡིན། །མི་འབབ་ལན་གཅིག་བབ་  
དུས་ན། །རང་སང་བཅོན་ས་གར་བབ་ཀྱང་། །བཤད་གྲུས་ས་གཞི་གང་དོ་  
ཡིན། །སྒོམ་གྲུས་རི་སྤུལ་གང་དོ་ཡིན། །བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཆོན་རྒྱགས་དོ་

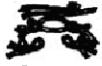
ཡིན། ཆོས་ཀྱི་དྲང་ཆེན་འབྲུད་དོ་ཡིན། །བཞོག་ཀླུ་མ་གསུམ་གར་བབ་ཀྱང་།།  
 བུ་ཆོའི་པ་ཆོ་ཟེན་དོ་ཡིན། །སྟག་ལ་ཆ་རོག་རྒྱས་པ་དེ། །རྒྱ་ལྷུ་མ་དཀར་མོའི་  
 རྒྱུན་དུ་ཆེ། །བྱིས་པའི་ལ་འདི་བབ་ནས། །རང་སར་ངན་སྟོགས་སྟོ་བྲག་ན།།  
 སྟག་འབྲུ་ཐེག་པའི་མི་འཆི་ཞིང་། །སྟག་གཞུག་ཆོད་པའི་རྟ་ཆད་དོ། །ལར་  
 ཆར་ཆེན་ནད་པས་འདི་མི་ཐེག་ །སྟག་གི་སྟག་སྟེར་སྐྱམ་པ་ཡིན། །དེ་མིན་  
 ཅི་བདེ་བཅི་ལ་བཟང་།། ~~ལྟོ་ཆེན་~~ ཐེག་གསུམ་ལྷགས་ཐག་པའིན་འབྲེལ་ནས།།  
 མོ་རྟ་བག་ལ་སོང་བའི་སད། །ཀྱེ་བ་བག་ཐོག་སད་ཅེས་སམ། །ཀྱེ་བ་སད་  
 དེ་གེ་ཁོད་ཟེར། །ཀྱེ་བ་རྒྱམས་ཀྱི་ལྟ་དེ་ཡིན། །རང་སའི་བཅའ་ས་གར་བབ་  
 ཀྱང་། །དོན་གྲུབ་གཞི་ཟེན་རྒྱ་ཡག་ལུས། །ལྟ་ཁམས་ཆོངས་པའི་རྩི་ལྟ་ཡིན།།  
 གསས་མཁར་ཆོངས་པའི་རྟོ་བ་ཡིན། །ཡང་དག་ལེགས་ཁ་འཛིན་མི་ཡིན། །  
 བཅུ་གསུམ་སྟོང་ཁམས་ལྟ་མགོན་དཀར་པོ་དེས། །འདྲེ་སྟེ་བཅུ་གཉིས་འདུལ་  
 ཉིན་བབ། །ལྟག་པར་གསས་མཁར་བསྟོད་ན་བཟང་། ། ~~ཆེན་པོ་~~ མོ་ཞོག་  
 གྲུ་གསུམ་སུམ་ཆོམ་འབྲེལ། །མོ་རྟ་བག་ལ་སོང་བ་ན། །བག་སད་ཀྱི་ལྟ་ལེ་  
 ཟུར་གསུམ་ཟེར། །དུན་གསུང་དྲུང་སད་དེ་རང་གྲུབ་ཡིན། །སད་ཁམས་  
 རྒྱམས་ཀྱི་ཡང་ལྟ་ཡིན། །ཆོང་བ་མཐར་བྱེད་སྒྲ་མདུད་ཡིན། །དག་འདྲེ་རུལ་  
 དུ་བརྒྱག་མི་ཡིན། །རང་སའི་བཅའ་སར་བབ་ན་གཅེས། །དེ་ལྟར་རང་སྟན་  
 ལ་སོགས་པ། །སད་ཁམས་ཉི་ཤུ་རྩ་ལྟ་ཡིན། །དེ་ནང་མ་ལ་དུན་བདགས་  
 དང་། །བག་སད་རིགས་རྒྱམས་བཟང་བ་ཡིན། །ལྟག་མ་སད་ཀྱི་བྲག་རིགས་



ཏེ། །རྩེ་བའི་སྒྲིགས་མའི་གྲངས་སུ་འགོ། །སད་ཁམས་དབྱེ་བ་ལེགས་  
 ཤེས་ན། །ལྡི་བུར་སྐྱམ་རིགས་ཉེར་ལྔ་ཡང་། །འབད་མེད་བྱགས་གྱིས་ཤེས་  
 བར་ལུས། །མ་ལ་རྩལ་བཏགས་ཞེས་པ་འདི། །སད་ལ་མོག་མོ་བྱ་བུར་ཟེར། །  
 སྐྱམ་ལ་སྐྱམ་གྱི་དྲངས་མ་ཡིན། །ལྡི་བུར་རྒྱུ་སྐྱུར་ལྡི་བུར་ཡིན། །རང་སྒྲན་  
 བག་སོང་གིས་རྒྱུད་ཡིན། །སྐྱམ་ལ་བག་སོང་སྐྱམ་ལ་ཟེར། །ལྡི་བུར་ལ་ནི་  
 བག་ལྡི་ཟེར། །སད་ལ་བ་ཅ་ལ་རྩམ་དེ། །གཞན་གཉིས་ལ་མ་རི་སྐྱམ་སྐྱགས་  
 འདོགས། །སྐྱམ་བྲག་སྐྱམ་ལ་སྐྱམ་ཆད་ཟེར། །དེ་མིན་སད་སྐྱམ་ལྡི་བུར་གྱི།  
 མིང་གི་འགྲུར་སོམ་གཏོགས་པ། །ཐུན་མོང་མིང་དུ་འདོག་ལུགས་འདྲ། །ཐུན་  
 མིན་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ནི། །རང་རང་སོ་སོའི་སྐྱབས་ན་གསལ། །དེ་ཕྱིར་འདི་  
 ཉིད་ལེགས་ཤེས་ནས། །སྐྱམ་དང་ལྡི་བུར་མདུད་བ་ཉེར་ལྔ་པོ། །མ་ནོར་ཤེས་  
 བར་བྱ་བ་གཅེས། །སད་སྐྱར་ཐུན་འདྲ་བ་ཉེར་ལྔ་འདིའི། །ཁ་འོད་བཟང་  
 རིགས་གང་ཡིན་པ། །ཐུང་ཐོགས་སྤིང་ལ་བཟང་བཞིན་འཕྲོ། །སྐྱམ་གྱི་སྤིང་  
 ལ་ཁ་བཞིན་འཕྲོ། །མེ་སྤྲོད་སྤིང་ལ་སྐྱན་བཞིན་འཕྲོ། །བྱ་ར་ལ་སྤིང་ལ་སེང་  
 ལྟར་འགྱུར། །སོ་ཡོན་སྤིང་ལ་ཐུང་བཞིན་འཕྲོ། །གྲོང་གི་སྤིང་ལ་ལྟ་བཞིན་  
 འཕྲོ། །སྒོ་བར་སྤིང་ལ་བདུད་བཞིན་གཞོད། །ཆོད་གུའི་སྤིང་ལ་གོགས་བཞིན་  
 བསྐྱོད། །ཉི་ཟླའི་སྒོ་ལ་འོད་བཞིན་འཕྲོ། །ཁྱུང་ཐུར་ལན་དུ་མ་དང་འདྲ། །  
 དིང་དིང་ལན་དུ་དབལ་དང་འདྲ། །དམུ་དག་ལན་དུ་གི་དང་འདྲ། །སྒོ་མགོའི་  
 རིགས་ལ་སྐྱན་དང་འདྲ། །ཀྱེ་བའི་ལན་དུ་རྩེ་དང་འདྲ། །དམུ་དབལ་ལན་

དུ་བྱམ་དང་འདྲ། །དེ་གོ་ལན་དུ་མ་དང་འདྲ། །སྒོ་བྲག་ལན་དུ་བྱམ་དང་འདྲ། །  
 ལི་ལན་ལན་དུ་ཡུལ་དང་འདྲ། །འཕྱོར་བའི་ལན་དུ་ཐབ་དང་འདྲ། །སང་  
 བྲག་བརྟུང་བའི་ཐོ་བ་ཡིན། །སངས་རིགས་འདེགས་པའི་བྱ་རྒྱལ་ཡིན། །  
 ལར་གཅིག་ལ་སང་ཁམས་བཟང་སྟེན། །ཡུལ་ཟེན་ས་ཡི་རྟེན་སྤར་ཚུགས། །  
 ཤར་ཡུས་འཕགས་པོ་ཡི་སྒྲ་མདུད་ཡིན། །རྒྱལ་པོའི་གདན་ནོན་བུ་ཆ་སྟེ་འགབ་  
 བཟང་། །པོན་གྱི་གསས་མདའ་བྲག་ལ་ཚུགས། །ལྷ་སྤང་མཉེས་པའི་རྩི་  
 ཡིན། །གཉིས་དུར་ས་ཉེས་པས་མཚུན་བཅོས་བྱ། །གསུམ་ལ་བུ་ཆ་ལྷག་ཆད་  
 འོང་། །བཞི་ལ་གཡང་གི་ར་བ་གང་། །ལྷ་ལ་ལྷ་པོན་འདྲེ་ལ་ཕྱོགས། །བྲག་  
 དཔལ་ཁང་གསོས་ཞིང་བུད་མེད་འཕེལ། །བདུན་སྟེས་པའི་ཕོ་སྒྲོ་ལྷ་ལ་གཏད། །  
 བརྒྱད་བརྒྱ་འདབ་བརྒྱད་རྒྱས་པ་ཡིན། །དགུ་ལྷ་མདའ་བྲག་ལ་ཚུགས་པ་  
 ཡིན། །བང་མཛོད་ལ་བསེ་རག་མ་ཞུགས་བཟང་། །བཅུ་གཅིག་དག་སྒྲོ་  
 སོ་མཐོ། །བཅུ་གཉིས་ངམ་གྱི་སྒྲ་གནས་དར། །བཅུ་གསུམ་པོན་གྱི་བྱ་དར་  
 ཚུགས། །གཞན་ཡང་ཆོལ་ཆེ་མུང་ཟེ་དང་། །སུམ་མཉམ་ལ་སོགས་སང་རྣམས་  
 གྲང་། །སང་གྱི་ཁམས་སུ་གཏོགས་མོད་གྱི། །རང་རང་སྟེ་ཆོན་སོ་སོ་ཡིན། །  
 ལར་སང་ཁམས་ལན་དུ་དིང་དིང་ན། །ལྷ་ལམ་དར་ཐང་བདེ་བ་ཡིན། །སྒྱིན་  
 དིང་ལམ་ཁ་རྩོལ་བཀག། །གལ་བར་དག་སྒྲ་མཁར་ན་འགྱིང་། །བྱ་ཡུན་  
 སྤང་ལ་མེ་ཏོག་སྟེས། །བྱ་བུར་དར་དཀར་གནམ་ལ་ཕྱར། །མུ་ས་མང་པོས་  
 དགའ་སྤྱོད་ཡིན། །པོར་ཁུང་རྒྱ་བ་གཟའ་ཡིས་ཟོས། །ཁ་ཆོ་ཕོ་ལྷས་སྟན་དར་

བཟུང་། །སྒྲོ་ཆོ་སྒྲན་པའི་དར་ཆེན་ཕྱར། །དམུ་དག་གིང་ལོ་འབྲས་བཟང་  
 སྒྲིན། །སྒྲིང་དཀར་ནམ་ཡུག་བདེ་སྒྲིད་ལྡན། །ཆོལ་ཆོ་མོ་བཅུན་མགོ་ཡི་གཡུ་  
 རལ་ཡིན། །བརྒྱག་ན་གལ་ཏ་ཕྱེ་མར་བཀའང་། །ཁྱུང་བརྒྱད་དག་སྒྲའི་ཁ་  
 འཛིན་བྱེད། །ཨ་ཁད་སྒྲག་ལ་རི་མོ་བཀྲ། །སྤད་ཁམས་ལྟ་དམག་གོས་འདུན་  
 བྱེད། །སྤད་ཟེ་རྒྱ་སྒྲག་ནགས་སུ་སྒྲེབས། །བྱོད་ལུང་བཅོན་གྱི་བྱི་པོ་འཇབ། །  
 ལྷི་ལུང་གཉིས་ལུ་མ་མཆོན་དང་བུལ། །ཡར་ལྷིང་བཟང་ལ་སྒྲན་པས་བརྒྱན། །  
 སུམ་མཉམ་དག་སྒྲ་ལམ་དུ་ཞུགས། །ཅེ་ར་མདུང་ལ་བ་དན་བདགས། །  
 གཡུང་དུང་གཡུ་ལྷག་གནམ་དུ་མཐོ། །ཀྱེ་བ་སྤད་རིགས་ཉིར་ལྷ་པོ། །རི་པོ་  
 འདི་ལ་འདུས་བ་ཡིན། །ད་རིག་དག་སྒྲོ་རྩོམ་གྱིས་འཆོང་། །དམུ་དབལ་དག་  
 སྒྲའི་དབའ་རྒྱད་འདོན། །སྒྲུམ་རིགས་དབའ་མཆོན་འཁང་དུ་སོང་། །སྒྲུམ་  
 བག་གནམ་སྒྲན་བཅོག་གིས་མཐོལ། །བྱ་རལ་ཕྱེ་མར་གལ་ཏ་བྱི་ཡིས་ཟ། །  
 ལི་ཡན་དག་སྒྲ་ཁོང་སྒྲིང་སྒྲིང་། །མར་ལྷིང་དག་སྒྲའི་པོ་བཀྲག་ཡལ། །སྒྲོ་  
 བར་གཏམ་སྒྲན་མི་ཁར་སོང་། །སོ་ཡོན་ཉི་ཟླ་སྒྲར་གསུམ་ལུན་པར་སྒྲོར། །  
 ཏུ་སོད་ཟ་ཁར་འགོང་པོ་ཞུགས། །མ་ཟེ་རྒྱག་ཁའི་ལག་དོང་ཡིན། །ན་འབན་  
 དར་ཐག་སྒྲིད་ནས་ཆད། །སྒྲིུར་བཏང་འཐོར་བ་སྒྲེ་བཞིན། །འབང་སྒྲུང་སྒྲུ་  
 རི་ལ་འཐོར་བ་ཡིན། །ལན་དུ་ཟད་བ་སྒྲེ་བཞིན། །བསགས་པའི་སྒྲུང་རྩི་  
 པོར་བ་ཡིན། །སྒྲོ་དང་སྒྲུམ་གཉིས་སོ་སོར་སོང་། །ལུ་གུ་གཉིས་དེ་  
 ཡར་བཞི། །སྤང་ཟེ་རུས་པའི་རྒྱལ་པོ་ཡིན། །ཡང་ནི་ལྟང་ཟེ་ཞེས་ཀྱང་བྱ། །

ལ་ལས་རྒྱ་ཟེ་ཞེས་སུ་འབོད། སྤྱིད་པའི་གཉན་ཚོད་རིང་ལ་བབས། ལ་ནི་  
 རི་བོ་གངས་ཅན་ཡིན། ལ་ནི་གདུགས་བྱེད་ཐོད་པ་ཡིན། ལོ་བྱང་མི་ལམ་  
 རྒྱ་མཚོ་ཡིན། ལོ་རང་འཚོ་བྱེད་སྤྱན་པ་ཡིན། གཡུ་འབྲུག་སྤོང་མོའི་སྒྲ་གནས་  
 ཡིན། སྤྱན་གཤམ་ཆེ་བའི་དག་སྒྲ་ཡིན། སྤྱིན་དང་ན་བུན་ཐོ་ལོ་ལོ། ལྷོག་  
 དང་མེར་བ་ཐར་ར། ཆར་རྒྱུན་སེལ་མ་སི་ལི་ལི། འབྲུག་དར་སྒྲ་བར་སྤྱང་  
 ཁམས་ནས་གཤམ། དག་སྒྲ་དབྱེས་པའི་གད་རྒྱུངས་ཡིན། ལོ་ལྷ་བཞད་  
 པའི་དཔའ་སྤྱད་ཡིན། བར་སྤྱང་ཁམས་ན་གཤོག་ཅུལ་ཆེ། སྤྱིན་གྱི་ནང་  
 ན་ད་རོ་སྤྱན། ལ་དོག་མོའི་འབྲས་དུག་གསོ་མི་ཡིན། བད་བཞི་བརྒྱ་སེལ་  
 པའི་སྤྱན་པ་ཡིན། ལོ་ར་ཚོལ་མོ་ལ་ཁ་གསལ་ཡིན། ལོ་འོང་མོ་ལ་འོང་རོ་  
 ཡིན།  དེ་ཡི་རྒྱུམ་ལ་བརྒྱག་གཅིག་བཅས། ལ་ལང་གསེར་ཐིག་  
 ཆེན་མོ་ཡིན། དྲག་ཅུལ་ཐོག་ཚོད་དམར་པོ་འདྲ། གཉན་དྲང་སྤྱོད་དཀར་  
 མོའི་རིང་ལ་བབ། ཟེ་འོག་སྤྱེའུ་ཐོ་ཡིན། དཔའ་བོ་རྟག་འཕྱུ་བརྒྱག་པ་  
 འདི། ཉལ་བ་རྒྱ་མཚོའི་གཏིང་དུ་ཉལ། འགྲིམ་པ་རི་བོའི་ཕྱེ་ན་འགྲིམ། གཤམ་  
 པ་མཐོན་པོ་དགྲུང་ན་གཤམ། མི་དཔའ་བོ་ཟེར་ན་ཁ་ཐོ་བྱེད། ཁ་ཐོ་དག་ལ་མི་  
 འཚོར་དག་སྒྲ་ཡིན། མཐོན་མ་མཁའ་སྤྱང་བའི་ཐེར་མ་  
 ཡིན། རང་སའི་བཙོན་ས་གར་བབ་ཀྱང་། མི་ལོ་ར་ཚོས་གསུམ་འཕེལ་རོ་  
 ཡིན། བརྒྱ་གསུམ་སྤྱན་གཤམ་ཆེ་བའི་མོ། རྒྱུམ་ལ་བརྒྱག་གཉིས་གལ་ཏེ་  
 མོང་། ལྷང་ཟེ་རི་བོ་ལ་འབྲུག་བརྒྱག་ ལ་བོ་རྩོ་སྤྱིན་གཡུ་འབྲུག་བརྒྱག །

རང་སའི་བཅན་ས་གར་བབ་ཀྱང་། །ཁྲི་ཚོ་གསུམ་གྱི་དམག་ཡག་ནས། །  
 འབྲུག་ཚོ་གསུམ་གྱི་གནང་ཐོབ་རུས། །བཞི་པ་རྣམ་གསུམ་གར་བབ་ཀྱང་། །  
 མི་ནོར་རྒྱལ་གསུམ་དུས་གཅིག་འཕེལ། །ལྷ་ཟེ་སྒོ་ལ་བརྒྱག་བཅས་ན། །  
 ལྷ་ཟེ་ཞར་བ་ཞེས་སྟུབ་ཤ། །མི་སྒོ་རྟ་སྒོ་རྟ་ཞར་བའི་བྲ། །དཔའ་པོ་  
 རྣམས་ལ་སྤར་ཆུ་བྲུད། །འདིས་རང་སར་མི་ཐུབ་བྱིས་དབང་། །ལར་གཅིག་  
 གི་སྟེང་དུ་སྤར་ཟེ་ན། །བསེ་ཡི་སྤྲུག་ནག་དག་ལ་ཆས། །དེ་ཡི་གཉིས་ལ་  
 རག་ཐོགས་སེ་སྟོང་ན། །སྤྲུག་ནག་མཆུ་སྟེར་ཁྲག་ལ་འདེས། །དག་པོའི་  
 སུ་ཚ་བུད་མེད་སོད། །གཞི་འཛིན་དཔའ་ལས་བྱེད་དོ་ཡིན། །གཉིས་སྒྲུབ་ད་  
 གཉིས་གྱི་ས་མཚམས་སྟུ། །དག་ཡི་སྤྲང་ཐང་སོ་ལ་ཆས། །དེ་ཡི་གསུམ་ལ་མོ་  
 རྟོད་རྣམ་གསུམ་ན། །སྤྲོ་སྤྲངས་ལ་ཐོག་ཤལ་ཡོང་། །གསུམ་སྒྲུ་སྤྲུག་སྤྲུ་  
 སྤྲུ་ཚང་ནས་ཆས། །དེའི་བཞེར་སྟོག་དམར་ཕྱི་བྱར་ན། །བྲུག་གྱི་དཔའ་པོ་  
 དག་ལ་ཆས། །རྒྱུང་རབས་དཔའ་ལས་བྱེད་དོ་ཡིན། །བཞི་ལ་མ་སང་གཡུ་  
 མཚོ་ལ། །གཡུ་འབྲུག་སྒོ་རྟ་མོས་ཞག་འངས་བྱས། །ཟས་འདོད་ཟས་དང་  
 འཕྲད་བ་ཡིན། །དེ་ཡི་ལྷ་ལ་ནག་ཐོག་སེ་སྟོང་ན། །དག་པོ་དར་མ་གྱི་རུ་  
 སོང་། །ལྷ་སྟོན་རིང་ཁྲག་མིག་རང་སྒྲུབ་དྲོད། །གཡུ་འབྲུག་ཞོན་ནས་བྲུག་  
 མ་ཉུལ། །བརྒྱག་བཅས་དག་དོ་ཐོག་སེར་ཡིན། །དེའི་དུག་ལ་མོ་རྟོད་རྣམ་  
 གསུམ་ན། །ཉིན་བྱེད་སྤྲངས་ལ་ཐོག་ཤལ་ཡོང་། །དུག་ཉིན་གྱི་གཡུ་འབྲུག་  
 སྒོ་རྟ་མོ་དང་། །མཚོང་སྤྲུག་སྤྲུག་པོ་ལོ་ལ་ཅེད་བྱེད། །དག་ཡི་རྟ་གཡུ་ཐོབ་བ་

ཡིན། །བདུན་ཉིན་གྱི་གསེར་བྲག་སེར་པོ་ལ། །ཁོད་སྒྲག་གཉིས་ཀྱི་གཤོག་  
 ཅལ་ཅེ། །དེ་ཡི་བརྒྱད་ལ་སྒྲོག་དམར་ན། །རང་དང་པ་སྒྲུབ་གཉིས་ཀྱི་དཔལ་། །  
 བརྒྱད་ཕྱོག་གཞུག་ཅན་གྱིས་བདུད་ཅི་རྟེན། །དེ་ཡི་དགུ་ལ་ནག་ཐོག་སེ  
 རྟེན་ན། །བཟོ་རྒྱལ་བི་ཤ་གཟླ་ཡི། །བྲག་ན་ཅན་དན་བིང་ཆེན་བསྐྱམས། །  
 ལྷ་མ་ཡིན་གྱི་གཞུག་པོ་བསྐྱོག་ །དག་སོད་ནོར་ཐོབ་གཉིས་ཀྱི་ངོ་། །དགུ་  
 རྩལ་ཐོག་སྐྱེ་ཟངས་རི་དམར་པོ་ལ། །ཁྲིན་བྱ་ལྷག་པ་སོ་ལ་ཆས། །དེ་ཡི་བརྒྱ  
 ལ་མོ་ཁོད་ནམ་གསུམ་ན། །བྱེད་ཡོལ་སྒྱུངས་ལ་ཐོག་གལ་འོང་། །བརྒྱལ་  
 གཞུ་འབྲུག་གནས་མལ་བདེ། །ལུ་ཡི་ལྷ་རི་དེལ་དཀར་ལ། །རྒྱ་པ་ནང་  
 བཀོས་བྱེད་པ་ཡིན། །དེ་ཡི་བརྒྱ་གཅིག་སྒྲོག་དམར་ན། །ཟུན་ལ་དཔལ་རྒྱན་  
 ཐོན་ངོ་ཡིན། །བརྒྱ་གཅིག་དག་སྒྲ་གཞུ་འབྲུག་སྒྲོན་མོ་དེས། །ང་རོ་ཐོག་སྐྱེ་  
 བརྒྱར་གཤག་སྐྱེ་བས་བཟང་། །དེ་ཡི་བརྒྱ་གཉིས་སེ་རྟེན་ན། །དག་སོད་ནོར་  
 ཐོབ་གཉིས་ཀ་རུས། །བརྒྱ་གཉིས་མིད་ཀྱི་ནགས་རི་ལ། །མཐོ་དམར་ཅན་གྱི་  
 དག་ངོ་ཡིན། །ཡོ་རོ་ལྷག་གི་ནང་གེད་ན། །སྒྲེལ་གྲུམ་པ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོ་གོས་  
 བས། །མཐུ་ཆེན་ཆེར་མ་གཡངས་ལ་བསྒྲིལ། །དེ་ཡི་བརྒྱ་གསུམ་མོ་ཁོད་  
 གསུམ། །བྱེད་སྒྱུངས་ལ་ཐོག་གལ་འོང་། །བརྒྱ་གསུམ་དག་སྒྲ་གཞུ་འབྲུག་  
 རྒྱན་གཤག་ཡིན། །བན་བརྒྱ་དཀར་ཐུབ་རབ་ཏུ་བྱུང་། །འདུལ་ཁྲིམས་སྒྱུང་  
 བའི་མོ་ལ་བཟང་། །མིད་པ་བརྟན་ཐུབ་རྩེ་ལྷ་ཡིན། །~~མཐུ་ཆེན་ཆེར་མ་གཡངས་ལ་བསྒྲིལ།~~ །དེ་ཡི་སྒྲོ་དེ་  
 རྩེད་ཏུ་སོང་། །འོང་སྐང་ཟེ་གཞུ་འབྲུག་སྒྲུག་པ་ཡིན། །ངར་རྒྱན་ཡོད་ཀྱང་

གྲགས་དབང་མེད། །འདི་ཡི་སྐྱུམ་ལ་བརྒྱག་སོང་ན། །རྫོང་ཁ་ལང་གསེར་  
 ཐིག་ཆེན་པོ་ཡིན། །གནམ་ས་བར་གྱི་གཡུ་འབྲུག་ཡིན། །འདི་ཡི་སྐྱུམ་ལ་  
 བརྒྱག་གཉིས་བཅས། །རྫོང་ལྷང་ཟེ་རིང་པོ་ཁྲ་འབྲུག་ན། །གཡུ་འབྲུག་མཆོལ་  
 གྱི་ཟེ་བ་ཅན། །ལན་གཅིག་ངར་སྐད་གྲགས་ཅམ་ན། །གནམ་ས་རི་བྲག་འཆོལ་  
 ཞིང་ལྷོག། །ངར་སྐད་ཅན་གྱི་ཐེར་མ་ཡིན། །ངར་སའི་བཅོན་ས་གར་བབ་ཀྱང་།  
 དམག་ཇག་ཆུས་གསུམ་གང་ལ་ཡང་། །དག་སོང་ཞོར་ཐོབ་གཉིས་ཀ་རུས།  
~~སྐྱུམ་ལ་བརྒྱག་སོང་ན།~~ །སྐྱུམ་ལ་བརྒྱག་སོང་། །སྐྱུམ་ལ་བརྒྱག་སོང་། །སྐྱུམ་ལ་བརྒྱག་སོང་།  
 ཡིན། །ཁང་ཁོང་མི་རྟ་ལྟ་གསུམ་འཆོ་མི་ཡིན། །གཅིག་ལ་མི་རྟ་ལྟ་གསུམ་  
 གྲལ་གཅིག་འཛོམས། །གཉིས་སྒྲིམ་དུང་སྒྲིམ་གྲིམ་ལྟུང་གཅིག་ཆོགས། །  
 གསུམ་ཆོམ་བྱ་ཆོམ་ཁབ་ཆོམ་སྐྱད་འཛོམས། །བཞི་གཡང་གཞི་གཡང་ཁྲག་  
 གཡང་སྒྲོ་འཛོམས། །ལྷ་བཅོན་དང་བཅོན་རྗེ་བཅོན་དོང་འཛོམས། །དུག་  
 ལྷ་ཁྱིམ་ཞོར་དང་བྱམ་མོ་འཛོམས། །བདུན་སྒྲེས་བྱ་འོག་རྟ་ཕོ་ཆས་འཛོམས།  
 བརྒྱད་མཆུན་དང་ཡུལ་ས་ཟོ་དོར་འཛོམས། །དག་དུར་བོན་དུར་གཤེན་དུར་  
 རྩོ་འཛོམས། །བཅུ་སེལ་བོན་སེལ་གཞི་རྩ་དཀར་འཛོམས། །བཅུ་གཅིག་  
 སྒྲེས་བྱ་གོ་ཁབ་དག་སྒྲེས་འཛོམས། །བཅུ་གཉིས་དོ་མ་དག་དང་དུར་ཁང་  
 འཛོམས། །བཅུ་གསུམ་མཆུན་དང་མཆུན་མགོན་དག་སྒྲེས་འཛོམས། །འདི་  
 ཆང་བབ་དམག་ཆེན་ཕྱི་རུ་འགོ། །ཕྱི་སར་ཚུར་ལ་འོང་ངོ་ཡིན། །འདི་ཡི་ལན་  
 དུ་སྒྲེས་གསུམ་ན། །མ་གཅིག་བྱ་གསུམ་གྱི་བ་དང་། །ཞོད་མའི་རྟེན་གསུམ་

འཕྱོར་བ་ཡིན། །བྲག་བྱ་རལ་གཤེན་གྱི་རབ་ཆད་ཡིན། །ནད་པར་རྩ་བྲན་  
གཤེན་ཉིན། །གཏོ་ལ་གཉན་གྱི་བཅོས་ཀ་བྱེད། །~~རྒྱ་རྒྱ~~ རྩོད་དང་སད་  
འཛོམས་རྩད་ཟེ་ན། །རྩོད་སད་རྩད་ཟེ་ཞེས་བྱའམ། །ལྟང་ཟེ་སྟོན་མོ་ཉེར་  
ཉེར་ཟེར། །རྩོད་གི་ཤོ་བྱི་ཤོ་ཤག་ཟེར། །རྒྱན་ཤོ་རྒྱལ་བའི་ཤེར་མ་ཡིན། །  
དེ་ལྟར་སྤང་ཟེ་བརྒྱག་མེད་བཞི། །སྤང་ཟེ་མཛོར་སྟེ་བཞི་ཡིན། །འདི་ཡི་  
ལན་གྱི་དབྱུང་བ་ལ། །ཡི་ཡན་སེ་སྟོད་ལུང་ཁད་གསུམ། །འདི་གསུམ་ལྟང་  
ཟེའི་མཐའ་མིག་ཡིན། །སོ་ཡོན་ཐང་ལེ་སྒྱིན་དིང་གསུམ། །འདི་གསུམ་ལྟང་  
ཟེའི་གྲོད་དོ་ཡིན། །བྲག་དང་མར་ལྷིང་སྟོད་མར་གསུམ། །འདི་གསུམ་ལྟང་  
ཟེའི་ཆོ་ཆད་ཡིན། །ཡར་ལྷིང་གཡུང་རྩུང་སད་ཁམས་གསུམ། །འདི་གསུམ་  
ལྟང་ཟེའི་འཐེན་ཐག་ཡན། །མ་ཆོ་ཙོར་ཡང་ལྟང་སྟེ། །འདི་གསུམ་ལྟང་ཟེའི་  
སྟོག་འཛིན་ཡིན། །དཀར་ཐོག་ཅེ་མ་བུ་བརྒྱག་སྟེ། །འདི་གསུམ་ལྟང་ཟེའི་  
ཆོ་རྒྱུ་ཡིན། །འདི་བཙུ་མན་རང་ས་གར་བབ་ཀྱང་། །བཙུ་གཅིག་རྩོད་དང་  
མ་ཟེན་འབན་ན། །གཡུ་འབྲུག་སྟོན་མོ་ཐོག་གིས་བསད། །གྲི་དོ་གྲོད་དོ་  
ནང་འབྲུག་སེ། །ཅི་ལ་བཏར་ཀྱང་རན་བ་ལ། །བན་བོན་མཐུ་ཟོར་བསྐྱབ་  
ན་བཟང་། །དེ་ཡི་བཙུ་གཅིག་སུམ་རྩུང་ལྷི་བུར་ན། །གཡུ་འབྲུག་བར་སྟང་  
ཁམས་སྟ་གྲགས། །རྩུང་ཁྲ་གསེར་དྲག་དོས་དང་འཕྲད། །མ་སང་བུ་གཉིས་  
སྟག་འདྲ་སྟེ། །དབའ་རར་ཅན་གྱི་ནང་བཙུད་བྱེད། །དབ་བཞི་དོན་གསུམ་  
ཀུན་ལ་བཟང་། །སྤང་ཟེའི་ལན་རྩ་དིང་དིང་ན། །གཡུ་འབྲུག་ནམ་མཁར་



འགོལ་བ་ཡིན། །ཁྱད་པར་བྱ་བྱིང་བབ་ན་ངེས། །སྒྲིན་དྲིང་དར་མདུང་ད་གྱིལ་  
 ཏུ་ཆས། །གལ་བར་སྒྲོན་པའི་མིག་ཡང་ཐོབ། །སྒྲོ་བ་རྒྱལ་ཤ་བ་བྲག་ལ་ལྷུང་། །  
 བྱ་ཡུན་ཡ་རབ་གཏམ་བྱེད་བཟང་། །བྱ་བུར་མྱེད་པོ་འཕམ་པོར་རེད། །མུ་  
 ས་གཞོན་ཏུ་རྒྱན་གྱིས་བརྒྱན། །མཚོ་དབང་པོའི་གཡལ་ལུང་ཚུགས། །སྒྲོ་  
 ཚོ་སྒྲོན་པ་སྒྲོན་རྒྱལ་ཕྱད། །ཤ་རིང་བརྟུང་བྱེད་ཀར་པོ་རྒྱས། །དམུ་དགའ་  
 རྒྱལ་ལ་ཟླ་བ་རྒྱས། །སྒྲིང་དཀར་གཉན་གྱི་སོ་མཁར་ཡིན། །ཚོལ་ཚོལ་གཉན་  
 གྱི་ཕ་ཚོར་ཐོག། །བག་ཚོ་སྒྲིན་ནང་གཡུ་འབྲུག་གསལ། །ཁྱུང་བརྒྱུང་ཁྱུང་  
 འབྲུང་འབྲུག་མོ་རོལ། །ཨ་ཁད་དག་སྒྲ་དར་མ་ཆས། །རང་སྒྲོན་གཡུ་འབྲུག་  
 སྒྲོན་པས་ཁྱབ། །སད་ཁམས་དོ་ལ་གསེར་ཏུ་འབྱུར། །སྤང་བྱེད་པའོ་ཐོག་  
 གི་གཏུམ་རམ་ཡིན། །བྱོད་བུར་གཡའ་སྤང་སོ་ལ་ཆས། །ལྗི་བུར་འབྲོང་བུ་  
 མ་དང་འཕྱད། །ཡར་དྲིང་དཔའ་པོའི་མགོ་ལ་དར་འབྲུ་ཚུགས། །སྒྲུམ་མཉམ་  
 སྒྲུག་མོ་ཚང་ན་ཉལ། །ཅེ་ར་དག་སྤའི་རར་མདུང་བསྐྱམས། །གཡུང་དྲུང་  
 གསལ་ཆེན་བསྐྱོན་བ་རྒྱས། །ཁྱེ་བ་དམུ་གཉན་འཕེལ་བའི་ལྷ། །ད་རོག་སྒྲུ་  
 གཡའང་མི་ལ་བབས། །དམུ་དབལ་བསྐྱོན་པ་དབྱས་སྒྲུ་རྒྱས། །སྒྲུམ་གང་ལུ་  
 བཅའ་ཡིས་ཐོག་པ་ཡིན། །སྒྲུམ་དྲུངས་མཚོར་ལྷས་རྒྱར་ཁུ་འབྱུང་སྟེ་དན། །  
 །ཁྱད་པར་འབྲོག་པའི་མོ་ལ་ངན། །རྒྱ་སྒྲུམ་སྤང་བྱེད་མདའ་ཡིས་བསད། །  
 །སྒྲུམ་དཀར་སྒྲོན་པའི་དམེ་ལག་གཅིང་། །དོག་ཚང་འབྲུག་གི་ཟེ་བ་རྒྱས། །  
 །བུར་ལ་གཟའ་ཆེན་ཁྱི་ཡིས་བསད། །ལི་ཡན་རེ་འབྲུམས་སྒྲོན་ཏུ་སྒྲུ་ཅི་སྒྲུགས།

མར་ལྷིང་གཡུ་འབྲུག་སྒོང་ནས་ལྷུང་། །སྒོ་བར་གྱོད་གཏམ་ཚུ་ལྷུང་འབྲུག་ །  
ལར་ལྷུང་ཟེ་ལྷུང་ར་སྒྲུག་པོ་འདི། །འབྲུལ་རུ་གཅིག་ལ་འདུས་བ་དེ། །ལན་  
དུ་སྒོ་བར་རིང་གས་ཡིན། །སོ་ཡོན་ཏི་ཙ་ཁབ་ཏུ་ཟད། །རུ་སོད་སྒོ་དོ་བདུད་  
ཀྱིས་རྒྱས། །མ་ཟེ་གཙོ་བོ་སྒོ་ལྷུག་སྟོར། །ན་འབན་གཡུ་འབྲུག་ཐང་ལ་ལྷུང་། །  
བྲག་རིགས་གཡུ་འབྲུག་ཚང་ནས་རུལ། །གྲོང་རིགས་སྒྲན་གིང་ཆེད་བ་ཆད། །  
**ཏུང་** མོ་ཁོག་དིང་དིང་ལྷ་བུ་ལ། །ཐི་གྲུ་གཅིག་དེ་ས་ལ་ལྷུང་། །ཁྱོད་ལུང་  
གཡའ་སྒྲང་སྒྲིས་གཅིག་ཡིན། །མ་སང་དབའ་བོ་གཅིག་རྒྱག་ཡིན། །གཡའ་  
སྒྲང་སྒྲིས་གཅིག་རིང་ལ་བབས། །ཁྱིས་པོ་གནམ་གཉན་སང་ཆེན་ཡིན། །  
ཐུ་མོ་ས་གཉན་ཁེང་ཆེན་ཡིན། །པ་གནམ་གྱི་སེར་བ་པོ་ལ་པོ་ཡིན། །མ་ས་ཡི་  
ཁུ་འཕང་ལུ་ལུམ་ཡིན། །ཡང་ཁྱིས་ན་ལུན་སྒྲིན་འཕྲིགས་ཡིན། །ཁོ་རང་གཡའ་  
སྒྲང་སྒྲིས་གཅིག་ཡིན། །འདུག་ས་ཐེར་མའི་བྲོ་ཁང་ཡིན། །ཁུ་བོ་གཉན་རྩེ་  
གོང་སྟོན་ཡིན། །ཁུ་བོ་གཉན་ཐུན་རྒྱལ་བོ་ཡིན། །སྒྲུ་མོ་གཡའ་འབྲུམ་སི་  
ལེ་ཡིན། །འོག་རྟ་དོ་རྟ་གོ་མོ་ཡིན། །སང་དང་ཡར་བའི་རྒྱལ་བོ་ཡིན། །བརྒྱ་  
ཚོ་ཙམ་གྱི་རྩེ་ལུ་ཡིན། །སྟོང་ཚོ་ཙམ་གྱི་འབྲུབ་ཁུང་ཡིན། །ཐོ་ལ་ཐོབ་བའི་  
ཐེར་མ་ཡིན། །བརྒྱ་ཡི་ནང་ནས་རང་མགོ་འདོན། །སང་དབའ་སྒྲེ་རྣམས་  
གྱི་གྲོལ་ལྷག་ཡིན། །ཕྱོག་དཀར་མགོ་ལ་གྱོན་ཕྱིན་ཆད། །ང་ལ་གཏད་ན་  
ང་རང་ཤེས། །ཐོག་སེར་གཉིས་ལ་ཕྱུང་ཟད་འཛིགས། །དེ་མིན་གང་ལ་  
འཛིགས་བ་མེད། །འདི་ཡི་སྤྲིད་ལྷགས་བཤད་བ་ན། །སྟོན་ཡེ་ངམ་མི་མཐུན་

གཏན་གྱི་དག། །ཡེ་ཡི་ཐོ་ལྷ་བྱ་དཀར་དང་། །ངམ་གྱི་སོལ་ཁྲ་རྒྱ་མོ་གཉིས། །  
 ཤ་ལ་བྱ་འཛིང་འཐབ་པ་ལས། །དྲོད་དང་དུལ་ཆུའི་ཐིག་པ་ལས། །སངས་  
 རིགས་བརྒྱ་དང་ཉེར་ལྷ་བྱང་། །དུས་གཅིག་ཡེ་ངམ་འཐབ་པའི་ཆོ། །ངམ་  
 གྱི་དམག་སྟོན་བྱ་པའི་ཆོད། །ངམ་གཡག་ཁམ་པ་རུ་རིང་བཤས། །སོལ་ཁྲ་  
 ཤ་ཆོལ་སྒྲུལ་ལུར་སོང་། །ངམ་རྗེས་སོང་དེའུ་འཕང་བ་ཡིས། །སོལ་ཁྲ་རྒྱ་  
 མོའི་མཆུ་དེ་བཅག །དེ་ཉིད་ངམ་ལ་ཡི་མ་རངས། །ཐོ་ལྷ་བྱ་དཀར་མཛའ་  
 ཡ་བྱས། །ཡེ་སྒྲོན་ཁ་འཛིན་བྱེད་དོ་ཞེས། །ཆད་དང་མནའ་ཐོ་དམ་པོར་བྱས། །  
 དེ་དུས་ཡེ་ངམ་འཐབ་པ་ལས། །ཕན་ཚུན་གཅིག་གིས་གཅིག་མ་ཐུབ། །ངམ་  
 རིང་ཀའ་སྟེ་གཉིད་ལོག་པའི། །ཁ་ནས་སྟོག་ཅུ་སོལ་ཁྲས་བྱང་། །ངམ་ཁམས་  
 ཡོངས་ཀྱིས་ཆོ་ངེ་བཏོན། །དེ་ཆོ་ངམ་རྗེ་ཤི་བ་ཡི། །ཁ་དབྱགས་གནམ་དུ་  
 ཡལ་མ་ཐག །དུང་གིས་ཕྱོག་ཆུང་དཀར་པོ་སྒྲིད། །ཕྱོག་ཆུང་ནམ་མཁར་  
 འཕུར་ཅམ་ན། །དུང་གྲིང་དཀར་པོའི་འབྲུ་སྒྲུ་བཏོན། །ཕྱོག་དུང་གྲིང་མཐུན་  
 པ་ཡི། །གཏན་ཆོགས་དེ་ཡང་དེ་དུས་བྱང་། །བསྐལ་པ་དེ་ཡི་མོ་མདུད་ནི། །  
 བྱོད་ཕུར་དཔའ་པོ་འདི་ཉིད་ཡིན། །ངམ་རྗེ་ཚུལ་པོའི་གསེད་མ་ཡིན། །མིད་  
 པ་དེ་ཡི་སྒྲ་གནས་ཡིན། །ཕྱོག་ཆུང་བར་སྒྲུང་འགྲུ་ཅན། །འགྲུར་སྒྲུང་སྒྲུམ་  
 བརྒྱ་དུག་ཅུ་འདོན། །འདི་བྱོད་ཕུར་མ་ཡིན་བྱོན་འཕུར་ཡིན། །སྟེང་ལྷ་ཡི་  
 ཡུལ་ནས་བྱོན་པ་ཡིན། །བར་མི་ཡི་ཡུལ་དུ་འཕུར་ཏེ་བསྐད། །ཨ་དཔལ་  
 བྱེད་ཆུང་ཞེས་གྲང་ཟེར། །ཡང་གཅིག་མིང་གི་ནམ་གངས་ལ། །བྱོད་ཕུར་

དུང་གི་ལུ་གུ་དེ། །འོད་ཀྱི་བ་ཐག་ཐི་གུས་བཟུང་། །ཡེ་ལྷོན་རྒྱལ་པོས་སྦྱོད་  
 བ་ཡིན། །ཁར་སྒྲུང་འཕུར་འགྲུར་ལྷེས་ལྷེས་བྱེད། །སྦྱོད་ཕུར་ཟེར་བ་དེ་ནས་  
 སྤིད། །འདི་དཔལ་པོ་བརྒྱ་ལྷོན་གཅིག་འདུག་ཡིན། །མྱང་ནི་ལ་གཅིག་ཕུ་  
 གཅིག་རེད། །ས་མདོའི་སྐྱུ་ལྷག་ཐང་པོ་དེས། །ལུང་མདོ་བཙོ་བརྒྱད་དུས་  
 གཅིག་བསྟུང་། །དམོ་མ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཉན་ཤེས་ན། །བྱོད་ཕུར་ང་ལ་ཆེ་བཤད་  
 ཡོད། །བྱ་རལ་ཁྱིའོག་མེད་མི་དེ། །ང་སང་གི་རྒྱལ་པོ་བྱོད་ཕུར་ཡིན། །དེ་  
 བཞིན་སང་གི་རྒྱལ་པོ་ང་། །ཁ་ཁད་སྒྲ་སྒྲེ་གཙོད་མི་ཡིན། །ཕུང་ཁད་མགོ་  
 པོ་བརྟུང་མི་ཡིན། །ཁྱོད་གི་སྤྱི་མདུང་གཙོག་མི་ཡིན། །ཡི་ཡན་སྒྲུང་སྒྲེ་བཏོལ་  
 མི་ཡིན། །མ་ཟེའི་བཙན་ཁ་བསྐམ་མི་ཡིན། །ལྷི་ཕུར་བརྟུང་རུད་པོག་མི་  
 ཡིན། །བག་ལྷི་རྟུང་བརྒྱུས་བྱེད་མི་ཡིན། །རུ་སོད་ལ་ཐོད་མདའ་སྒྲུད་མི་  
 ཡིན། །སེ་སྦྱོད་ཁག་མཚོ་སྒྲེམ་མི་ཡིན། །བྲག་ནག་རི་པོ་བསྐྱེལ་མི་ཡིན། །  
 སྒྲུམ་གྱི་ཚུདྲོད་བརྟོལ་མི་ཡིན། །སྦྱོ་བར་གྱོད་ལག་བཙག་མི་ཡིན། །སོ་ཡོན་  
 ལུན་བ་སེལ་མི་ཡིན། །ཕུང་ཁད་གཏམ་ངན་བསལ་མི་ཡིན། །ན་འབན་ལ་  
 ཁྲོམ་རྒྱག་བྱེད་མི་ཡིན། །མར་ལྷིང་རྟེན་བ་ཕུད་མི་ཡིན། །ཐང་ལེའི་སྒྲག་  
 རྩ་གཙོད་མི་ཡིན། །སྦྱ་སྒྲུམ་འདྲེ་ལམ་བཀག་མི་ཡིན། །རྒྱལ་པོ་གདོས་ཐག་  
 གཙོད་མི་ཡིན། །ཁྱོད་བྲག་འགག་ཐག་གཙོད་མི་ཡིན། །སང་རིགས་བྲན་དུ་  
 བཀོལ་མི་ཡིན། །ངན་བ་ཐམས་ཅད་ང་ཡིས་ཐུབ། །འཕྲོར་བ་རྣམས་ཀྱི་སྦྱང་  
 ཤིང་ཡིན། །ངན་བ་རྣམས་ཀྱི་ཤེད་གཙོད་ཡིན། །རལ་བ་རྣམས་ཀྱི་བྱུང་སྦྱང་

ཡིན། །གས་པ་རྣམས་ཀྱི་སྦྱར་སྦྱིན་ཡིན། །དིང་དིང་འདྲ་མཉམ་འཇུག་མི་  
 ཡིན། །དམུ་དག་ལོ་འབྲས་བཏོག་མི་ཡིན། །གཡུང་དྲུང་འཕེལ་ཁ་སྦྱི་མི་ཡིན། །  
 སྦྱར་གྱི་འབྲི་གཡང་ལེན་མི་ཡིན། །ཀྱེ་བའི་སྟེང་དུ་སངས་ཞིག་ཡིན། །ཀྱེ་བའི་  
 གཡུ་མུད་བཏོགས་མི་ཡིན། །དམུ་དཔལ་སྟེང་དུ་བཅུགས་ཞིག་ཡིན། །གཡས་  
 བརྒྱག་ཐམས་ཅད་གཤགས་མི་ཡིན། །གཡོན་བརྒྱག་ཐམས་ཅད་གཅོད་མི་  
 ཡིན། །བྱ་བརྒྱག་ཐམས་ཅད་སྦྱིད་མི་ཡིན། །སྒྲོ་བརྒྱག་ཐམས་ཅད་བརྒྱ་མི་  
 ཡིན། །རན་པ་བརྒྱལི་ཁག་ཅོན་ཡིན། །བཟང་པོ་བརྒྱལི་ཁ་འཛིན་ཡིན། །དཔའ་  
 བོ་རྣམས་ཀྱི་དར་ཆུ་ཡིན། །སྤར་མ་རྣམས་ཀྱི་འབྲོས་རི་ཡིན། །མཛེང་པ་རྣམས་  
 ཀྱི་སྒྲོ་གོགས་ཡིན། །ཡ་བོ་མེད་པའི་སྟག་ཞིག་ཡིན། །རུ་ཐུར་མེད་པའི་འབྲོང་  
 ཞིག་ཡིན། །ཐིག་ལེ་མེད་པའི་གཟིག་ཞིག་ཡིན། །དཔའ་བོ་གར་བ་གཅིག་  
 རྒྱག་ཡིན། །མང་བོའི་རྒྱང་གངས་གཅོག་མི་ཡིན། །མདོར་ན་བཟང་པ་རང་  
 གིས་ལེན། །མོ་མདུད་སུམ་བརྒྱ་དུག་ཅུ་ལ། །ང་ཡིས་མི་ཐུབ་མ་མཆིས་ཏེ། །  
 མི་ཐུབ་པ་ལ་བཞི་ཙམ་མཆིས། །དགུང་སྟོན་ཞུ་འདྲ་ངས་མི་ཐུབ། །དེ་དིང་  
 དིང་ཐི་གུ་མདོ་ཟེན་ཡིན། །དོག་མོ་ས་འདྲ་ངས་མི་ཐུབ། །དེ་སྦྱིན་དིང་གོར་  
 མོ་གུ་གུ་ཡིན། །ཁ་ནས་ཆོག་ཤོར་ངས་མི་ཐུབ། །མུང་ལམ་དང་རྩོ་མོ་རམ་རམ་  
 ཡིན། །ལག་ནས་དོ་ཤོར་ངས་མི་ཐུབ། །ཆུ་དོ་ཤ་བག་ལི་ཡན་ཡིན། །འདི་  
 རྣམས་སྦྱི་ནང་ཐུད་ཅམ་ན། །མི་དོག་ས་ནས་དོག་པ་ཡིན། །གཏོ་ལ་འབྱུང་  
 བ་དག་ཆོས་དགོས། །དེ་མིན་མི་ཐུབ་གང་ཡང་མེད། །དམོ་མ་ཁྱོད་ཀྱིས་

དབྱང་ཤེས་ན། རྩོད་ལུང་ཁ་མོའི་སྤྱོད་བཤད་ཡོད། །མགོ་ལ་དུང་རུ་སྒྲེས་  
 བ་དེ། རྩོད་ཅི་ལ་སྒྲེས་པའི་གཏན་ཆོག་སྟོན། །སྤྱོད་མིག་ཡར་ལ་འགོབ་  
 བ་དང་། རྒྱན་རིགས་སུམ་བརྒྱ་དུག་ཅུ་འབྱུང་བ་དང་། །སྤྱོད་ཐོག་སྤྱོད་པོར་  
 འདུག་བ་དང་། །རྒྱན་པ་སྤྱོད་རིས་བཟླ་བ་དང་། །སྤྱོད་མོ་རེ་རེར་བཟླ་མ་  
 བ་རྒྱུ་སྤྱོད། རྩོད་ཅི་ལ་སྤྱོད་པའི་གཏན་ཆོག་སྟོན། །དེ་མ་ཤེས་ན་ནི་འདི་  
 ལྟར་ཡིན། །མགོ་ལ་དུང་རུ་འདུག་བ་དེ། །དུང་སངས་ཆོང་རུ་སྒྲེས་པའི་རྟགས། །  
 ལན་དུ་རྒྱན་སྤྱོད་དུང་ཆོང་ཡིན། །སྤྱོད་མིག་ཡར་ལ་འགོབ་བ་དེ། །སྤྱོད་པ་  
 ཁལ་དང་རིམ་གྱིས་ཆགས་པའི་རྟགས། །ལན་དུ་དེང་དེང་བྱ་ཤིང་ཡིན། །  
 རྒྱན་སུམ་བརྒྱ་དུག་ཅུ་བརྒྱུང་བ་དེ། །བད་རྒྱན་ལྟ་ལ་སྤྱོད་པའི་རྟགས། །ལན་  
 དུ་ཐོང་ཐོང་ཡིན། །རྒྱན་པ་སྤྱོད་རིས་སྤྱོད་བ་དེ། །བསེ་ཡི་ལྟ་སྤྱོད་སྤྱོད་  
 བ་ཡིན། །ལན་དུ་གལ་བར་སྤྱོད་རིས་ཡིན། །སྤྱོད་མོ་རེ་གཏང་སྤྱོད་བ་  
 དེ། །སྤྱོད་ལ་གལ་གཏང་བ་ཤིང་བ་ཡིན། །ལན་དུ་ལྟ་སྤྱོད་གལ་བྱ་ཡིན། །  
 དེ་མོ་མ་ཤེས་ཀྱིས་དབྱང་ཤེས་ན། རྩོད་ལུང་ཁ་མོའི་བབ་ལུགས་ཡོད། །  
 ད་སྤྱོད་དུ་བབ་ན་བབ་ཡིན། །བབ་སྤྱོད་ཐོག་ཞེ་རྒྱས་ལྟོས། །ལན་དུ་དཀར་  
 ཐོག་གལ་དུང་ན། །བབ་སྤྱོད་ཐོག་རྒྱས་བ་ཡིན། །འཕྱོག་པ་སྤྱོད་ཆུང་བྱེད་  
 བ་ལྟ་བུར་བཟང་། །བབ་དུ་བབ་ན་བྱེད་ཡིན། །བྱེད་ཆུང་བཟང་དང་སྤྱོད་  
 བ་ཡོད། །ལན་དུ་སྤྱོད་དཀར་ཆོལ་ཆོལ་ཡིན། །རྒྱན་འཆོལ་མོ་ལ་ལྟ་བུར་  
 བཟང་། །རྒྱན་དུ་བབ་ན་གོང་མོ་ཡིན། །གོང་མོའི་འབྱུང་རྒྱན་ཞེ་ཐོག་ལྟོས། །

ལན་དུ་མ་ས་བྱ་ཡུན་ན། གོང་མོའི་འབྱུང་སྐད་ཐོན་པ་ཡིན། །ཁ་དག་ཅན་  
 གྱི་མོ་ལ་བཟང་། །དམོ་མ་ཁྱོད་ཀྱིས་དབྱེད་ཤེས་ན། །བྱོད་ཕུར་ཁ་མོའི་རྒྱུང་  
 དབྱེད་ཡོད། །གཅིག་ལ་མ་སང་བྱོད་ཕུར་ན། །ས་ཡི་རྟེན་ཕུར་ཚུགས་པ་ཡིན།  
 གནམ་གྱི་འཇུ་ཐག་ཟེན་པ་ཡིན། །ཤེལ་གྱི་རྩ་ལོ་ཐང་ །ཞེས་པ་རྒྱ་གཅིག་ཞེས་  
 བའི་དོན་ཡིན། ཐང་གཅིག་གིས། །མཆོར་ལ་ཙ་ཟ་ཙ་འཕྱུང་བྱེད། །མཆོར་  
 བྱ་གཞི་མོ་བཏབ་ན་བཟང་། །སློ་བྱ་ཐེ་ཚོམ་ཅན་གྱི་དོ་། །ལྷ་བྱ་གོང་མོས་ཡར་  
 ཤོག་ཟེར། །འདྲེ་བྱ་ཐེག་པས་མར་ཤོག་ཟེར། །སློ་ཡར་འཐེན་མར་འཐེན་  
 བྱེད་དོ་ཡིན། །དཔའ་པོའི་དོག་རྟེན་ས་ལ་ཚུགས། །ལྷ་སར་ལྷ་དོ་མཐོ་བ་ཡིན།  
 ཤར་ཟོ་ཐོག་རྒྱ་པོའི་དཔེན་གནས་སྟུ། །ལྷ་བཅན་གདོང་གིས་མཐུ་བསྐྱབ་ན།  
 ཡང་དག་འགྲུབ་པའི་ཐོ་ལེ་ཡིན། །ལར་ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་ན་ཡང་། །  
 ཉི་མ་ཉིན་གཅིག་ངན་པ་ཡོད། །ཡ་མ་ནག་པོའི་མོ་ལ་ངན། །ལྷག་གུ་རྒྱུང་  
 ཚང་སྒོ་ཁ་འགྲིམ། །འབྲོག་པའི་ནོར་ཕུ་འདེབས་ན་ངན། །གོ་དམར་སྟེང་  
 བ་སྤང་ནག་འདུ། །གཅིག་གི་བྱོད་ཕུར་ཁེར་འདུག་འདི། །གཅིག་དཀར་ལྷ་  
 ཡི་མེ་ཡང་ཡིན། །ཁྲང་ཙོ་གཅིག་གི་མོ་ལ་བཟང་། །གཉིས་ལ་པ་མེས་དུར་  
 ཁ་བདེ། །དུར་ས་གཉིས་སྟུ་སོང་བས་ན། །པ་མེས་ཡུལ་ཁ་གཉིས་ཡོད་ཐང་།  
 རྒྱ་རྩ་མ་ཁའར་གྱི་མ་ཁར་སྒོ་ན། །བྱ་ཤང་ཤང་རྒྱད་པོ་གདོས་ལ་འཐོགས། །  
 བྱ་གྲག་གྲག་འདྲ་ཡང་གོ་དུས་མེད། །ཤར་ནས་ལབ་ལོབ་མཆུ་འགྲུལ་ཡིན། །  
 མ་ཁར་སྒོར་མཆིལ་པ་མི་སྐད་སྟུ། །རྒྱ་པོད་གཉིས་ཀྱི་ཐིན་པ་ཡིན། །ཤར་

དྲུང་འཕྲུལ་ལ་སོ་བྱ་ཆས། ཉིན་གཅིག་སྐྱེས་ལ་དག་མེད་ཡིན། གཤེན་  
རབ་ཕྱག་ཕྱར་ངམ་ལ་ཐེབ། དག་བགགས་མི་གནོད་བཟང་ན་ཡང་། སྤ་  
མོ་རྒྱུ་དྲན་པར་ངན། རྒྱུ་སྤི་མགོ་བོ་བཏེགས་པ་ཡིན། གསུམ་མ་  
རབ་ཁ་ནས་གཏམ་སྟན་ཡིན། མི་འབྲིང་གཏམ་སྟན་ཁ་ཐོ་འདོན། ཡར་  
སྤྱོད་མགོ་ལ་ཉི་མ་ཤར། སྤྱི་ཤིང་མགོ་ལ་སྤྱུག་གསལ། སྤ་ཆ་དག་དེག་  
མེད་པ་ཡིན། ཅི་བཏབ་ཅི་ལ་བཟང་ན་ཡང་། ལྟག་པར་གཏམ་ལབ་བྱེད་  
ན་བཟང་། གཏམ་ལ་དགོ་སྒྲོས་ཐོན་པ་ཡིན། སྤ་བ་འཆོལ་བའི་མོ་ལ་བཟང་།  
སྤྱིས་སྤ་ར་ཆང་སྤྲད་པ་ཡིན། བག་མ་ལེན་པའི་མོ་ལ་བཟང་། གཉན་ལུ་  
གཉན་ལ་ཁ་དུམ་བྱས། སྤ་དྲུང་ཐོ་སྤྱོད་ཀྱི་དག་སྤྱོད་ཆར། ཉི་མ་ཉིན་གཅིག་  
ངན་པ་ཡིན། ཡམ་ནག་པོའི་མོ་ལ་ངན། རྒྱུ་སྤི་བང་ན་གནས་པ་ཡིན། ཁ་  
མཆོར་སྤ་འདེབས་ན་མཆོར་སྤྱོད་འོང་། བཞི་གཡུ་བྱས་མཆོ་མཐའ་བསྐྱར་  
པ་ཡིན། གཟེ་མ་ཁོག་ཆོ་ལྷེ་མིག་གསུམ། རེས་གཅིག་འཕྲོར་ཀྱང་འདུས་  
ངོ་ཡིན། ཅི་བཏབ་ཀུན་ལ་བཟང་བ་ལ། བྱེད་པར་སྤྱོད་མོ་འདེབས་ན་བཟང་།  
སྤྱོད་རྒྱལ་ཨ་སྤྱོད་རྒྱལ་གྱིས། བཏེན་བཞི་བརྒྱ་ཅུ་བཞི་གཏིང་ནས་གྲོལ།  
སྤྱོད་ལ་ནས་ཆོལ་འགོན་བཟང་། སྤྱོད་ལ་རྒྱ་ཆུ་འགོན་བཟང་། ལྟག་པོའི་  
རྒྱུ་ཐོའི་འདེབས་ན་བཟང་། ཉི་མ་ཉིན་གཅིག་ངན་པ་ཡོད། དཔལ་པོའི་གོགས་  
ཀྱི་ཕྱ་ལ་ངན། ཁ་ཞག་ཉམས་ཅམ་ཞིག་ལ། འགོང་བོ་གཡག་ཤད་ཅམ་ཞིག་  
འཕྲི། རོར་སྤྱིར་དཀོར་བདག་འབྲངས་ནས་གནོད། བག་མ་ལེན་པའི་མོ་



ལ་ངན། །བག་མའི་སྒྲུ་ལ་སྒྱུ་གི་ཐོགས། །དབུལ་པོ་ལོ་གསུམ་ལྟོག་བས་ངན། །  
 ལྷུག་པོ་ལོ་གསུམ་བརྟན་དེ་བཟང་། །ལྷུག་སྒྲོན་མོ་ལྟོ་ན་གསལ། །གངས་  
 སྒྲན་འོང་བའི་རྒྱུ་ཡིན། །དེ་ཡི་ལྷ་ལ་འོང་མ་ཟེ། །གོག་མ་ལུ་ཆུང་རྟེན་པ་  
 ཆད། །ལྷ་ཡི་སྟེང་གི་བྱོད་ལུང་འདི། །དག་མིག་ལུང་བས་བཏབ་པ་ཡིན། །  
 འདྲེ་མིག་རེ་བས་བཀའ་བོ་ཡིན། །ཉི་མ་ལྟོ་ནས་དག་མེད་ཡིན། །ཅི་བཏབ་  
 བཟང་ཡང་ཇག་རྒྱན་ངན། །མི་ངན་དག་ཡིས་བྱེད་བ་ཡིན། །དྲུག་མོ་སྒྲན་  
 མགོ་ལ་གསེར་གཡུས་བརྒྱན། །བྱིམ་ཕུ་ལ་ནི་བཟང་བ་སྟེ། །སྒྲོམ་ཆེན་རི་  
 ལྷུག་འཛིན་ན་བཟང་། །ཡང་དག་བདེ་གནས་རྟེན་པ་ཡིན། །རྒྱལ་གཅིག་  
 གོགས་མོ་འཛོལ་ན་བཟང་། །བྱི་བས་འཕོང་རྒྱན་བྱས་པ་ཡིན། །ཆུང་གསུམ་  
 མིད་ཕུ་དག་ལ་ངན། །སྒྲན་བྲ་མོ་ཁེར་ཉལ་བྱས་པ་ཡིན། །མར་གོང་ནང་  
 བས་རུས་འཛེར་ཡིན། །བྱིམ་བདག་མོ་ཡིས་སྒྲོ་མི་ཐུབ། །རུམ་དུ་བྱི་ཕོ་ཕོར་  
 ངོ་ཡིན། །བདུན་ལ་གཡའ་སྤང་སོ་རིང་འཐེན། །སྒྲིས་པའི་ཁོང་སྒོག་བརྟན་  
 བས་བཟང་། །བྱེས་སྒྲ་ནད་མེད་བདེ་བར་འཁོར། །ཅི་བཏབ་ཅི་ལ་བཟང་  
 བ་ཡང་། །རྩོན་བྱི་གསར་ཉོ་བའི་མོ་ལ་ངན། །བྱི་ལ་ཐུར་མས་འཛེར་བ་ཡིན། །  
 བརྒྱད་མ་སྒྲོམ་རའི་ལྷུག་ལྷས་གང་བ་ཡིན། །ལྷ་གཞིར་ལྷ་མདའ་སྒྲོ་དཀར་  
 རྒྱགས། །ལྷ་ངོ་མཐོ་ཞིང་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ། །མགོ་གཡོགས་མེད་ཅིང་དལ་གཤ་  
 དུངས། །དབུས་པ་དབུས་ལ་འགོ་ཉིན་བཟང་། །རི་ལ་ཞིང་ལྗོས་བྱེད་ཉིན་  
 བཟང་། །ཡ་མ་ནག་པོའི་མོ་ལ་ངན། །སྒྲོ་ཐུར་མི་འཆམ་འཐེན་ཅོད་དོ། །ལྷུག་

གོའི་ཞོར་ལྷུང་དམར་ངོ་ཡིན། །ཡང་དམག་ཆེན་ལམ་དུ་འགྱོད་ངོ་དང་། །  
 ཆོང་ཆེན་སྒོ་ཁ་གཟེང་ངོ་དང་། །མི་ཆེན་གྱི་མིག་གསོན་བལྟས་ཞེས། །ཡིག་  
 ཆ་འགའ་ཞིག་དག་ན་སྤང་། །དག་ལེའུའི་སྤང་མདའ་བྲག་ལ་ཟུག་ །ཡབ་  
 ལྷ་གཤེན་གྱི་མཐུ་སྟོབས་ཀྱིས། །དག་འདྲེ་བྱུང་གསུམ་དབང་དུ་བསྟུས། །འོན་  
 བོས་སྤུའུ་གསོན་བཟང་། །ལུང་བ་ལུ་རུང་ཙམ་ཞིག་ན། །སྐད་དུང་དཀར་  
 ཙམ་ཞིག་འདོན་བས་བཟང་། །ཅི་བདྲབ་ཅི་ལ་བཟང་ན་ཡང་། །རྒྱ་ལ་  
 བྲན་གཡོག་དུར་ངོ་ཡིན། །གདོན་སྤྲུགས་བོན་བྱི་ལ་ཐེའུ་རང་འབྲང་། །བརྩ་  
 སུར་བུ་སྒྱ་མོའི་ཡར་སྤྲེང་དུ། །ཁྱོག་ཆུང་ཁ་མོ་ཆང་ཡག་ཡིན། །རང་འཆོ་རང་  
 ཟས་ཟ་བ་ཡིན། །ལུལ་མཁར་བརྟན་པའི་རྫིའུ་ཡིན། །ནག་ཐོགས་སེ་སྟོད་  
 །ཁང་ཞིང་འཆོར། །བརྩའི་ཕྱོད་ལུར་ཅི་ལ་བཟང་ན་ཡང་། །མ་བྱི་ཆེ་གན་མོ་  
 ལ་ངན། །སྤྱིད་གྱི་ཉི་མ་རུབ་བ་ཡིན། །སྤྱུག་བསྡུལ་ཙན་གྱི་མོ་ལ་ངན། །སྤྱུག་  
 གི་ཞག་ལ་ཟད་མེད་ཡིན། །བརྩ་གཅིག་མ་གཉན་སྟོམ་རའི་མགུལ། །ཁྱོག་  
 ག་ཆང་ཡག་སྟོང་གསུམ་སྟེན། །དུང་གི་སྟོང་ལུལ་ཙམ་ཡིན། །ལུལ་གྱིས་  
 མི་ཆང་བྲེ་ཙམ་ཡིན། །བྲེ་ཡིས་མི་ཆང་ཁལ་ཙམ་ཡིན། །དག་སྤྱོད་སོ་མཐོ་  
 བ་ཡིན། །སྟོ་མི་ཉེས་བ་ཡི་རྫིའུ་ཡིན། །ཁ་བ་ཉིན་མཆོན་དགུ་བབ་ཀྱང་། །  
 ཁྱོག་ཆུང་འགྱུར་སྐད་དགུང་དུ་སྟོགས། །སྤྲེ་ཆུང་གཙོ་བོས་རང་མགོ་ཐོན། །  
 མི་རིང་གཅིག་གི་སྟན་བྱ་ཡིན། །མོ་མིག་མེད་མིག་དང་ལྷན་བ་ཡིན། །ཀན་  
 མོ་ལོང་བས་ཁབ་རྟེན་ཡིན། །ལུ་མི་འགྱུར་ས་ཡི་ལྷེ་བ་ལ། །རྫོང་དཀར་བོ་ལུག་

ཐོང་ཙམ་ཞིག་གདལ། །འདི་གངས་སེང་གཡུ་རལ་རྒྱས་བ་སྟེ། །ཅི་ལ་བཏབ་  
 ཀྱང་བཟང་བ་ལ། །སེར་བ་སྤྱང་བའི་མོ་ལ་ངན། །སེར་བ་དེ་ནི་ལྷོག་སྒྲོང་  
 ཙམ། །མ་སྤུབ་ཤོར་བའི་ངོ་ཡང་ཡིན། །སྤྱག་བསྐལ་ཅན་གྱི་མོ་ལ་ངན། །  
 བརྩ་གཉིས་དག་འདྲའི་མིག་ལ་སྤུར་བ་ཐེབས། །ཟུན་སེང་གོ་དཀར་མོས་  
 དག་པོ་བསད། །དམ་ལ་སྒོ་མདའ་ཐོག་བ་ཡིན། །ཅི་བཏབ་ཀྱན་དང་ཁྱད་  
 བར་དུ། །དག་ལ་མགོ་གཡོགས་གཏོང་ན་བཟང་། །གཡུལ་ཆེན་རྒྱལ་བའི་  
 མོ་ལ་ངན། །དག་ཁྱིས་ཟུན་སྤྱག་བསད་བ་ཡིན། །བརྩ་གསུམ་མི་བརྒྱའི་ནང་  
 བས་རང་མགོ་ཐོན། །བྱི་བ་གཅིག་གིས་སྤྱད་བཏོན་བས། །བྱི་བ་བརྒྱ་ཡི་  
 མགོ་ཐོན་ཡིན། །བྱིས་ཕུ་སྒོག་ཕུ་བཟང་བ་ཡིན། །གནམ་གཞུང་ནས་མི་རལ་  
 རིའུ་ཡིན། །སྒོ་ཕུ་འདེབས་ན་དེ་བས་བཟང་། །རི་ལྷོ་ལ་མུན་ནག་ཆར་གཏོབ་  
 ཀྱང་། །མ་སྒྲོམ་རའི་མགོ་ལ་ཉི་མ་ཤར། །ཉི་མའི་ཟེར་ལ་འཇའ་ཆོན་བཀྲ།  
 །འཇའ་ཆོན་ནང་ན་ལྷོག་ཆུང་འཕྱུར། །དུང་རྒྱ་ཆོས་ཤིང་ཤེལ་གྱི་སྒྲར་མ་བཀྲ།  
 །གཡུ་ཡི་བྱ་བྱུག་གྲགས་ངོ་ཡིན། །སྒྲིས་པོ་ཕུ་འདེབས་ན་དེ་བས་བཟང་། །  
 །སྒྲིས་དར་མའི་ལུས་ལ་སྤུབ་ཆུང་བཅན། །སྤུབ་རང་བཟུར་མགོ་ལ་སྒྲོག་མོ་  
 བཅན། །སྒྲོག་མོའི་མགོ་ལ་བྱིའུ་ཐོག་བཅན། །བྱིའུ་ཐོག་མགོ་ལ་ལྷེམ་འཕྱུ་  
 བཅན། །ལྷེམ་འཕྱུའི་མགོ་ལ་ཉི་མ་ཤར། །རྒྱལ་སྤུམ་ཐིང་གི་བསམ་བ་འཕྱུབ།  
 །ཐག་རིང་མགོན་པོའི་མོ་ལ་བཟང་། །དབང་པོ་རང་རྟ་ཆེབས་ནས་འོང་། །  
 །སྒྲིས་སུའི་སྒོ་ཁ་མདའ་བས་དྲང་། །མུང་པོ་གཅིག་གི་མོ་ལ་བཟང་། །མུང་

གི་སྒྲིག་གིང་མི་འཆག་ངོ་། །འཕན་པོ་གཅིག་གི་མོ་ལ་ངན། །འཕན་པོ་སྤང་  
པོ་རེད་པ་ཡིན། །ཚབ་ཆུང་ནད་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །རི་མགོའི་སྒྲིག་པ་ཡར་  
ཡར་དངས། །རྟུན་རྟུན་ནད་པའི་མོ་ལ་ངན། །ཤི་རོའི་སྒྲིག་གི་མར་མེ་ཡིན། །  
དམག་ཆེན་འདེགས་པའི་མོ་ལ་ངན། །དམག་དཔོན་མགོ་ཡི་ལྷ་ལུང་ཡིན། །  
བརྒྱག་ཕྱེ་ཟད་རྗེས་སྤྱོད་ལོག་འོང་། །ཇག་པ་དཔུང་ཆུང་མོ་ལ་བཟང་། །  
བཙོ་ལྷ་རོལ་བྲིད་རྗེའུ་ཡིན། །ལར་བྱོད་སྤར་གཅིག་རྒྱང་གཅིག་བཙན་འདི། །  
རང་མགོ་རང་གིས་འདོན་མི་ཡིན། །དེ་ཕྱིར་མི་གཅིག་རྟ་གཅིག་སོགས། །  
ཁྱེད་དུའི་རིགས་ལ་ཆེས་བཟང་བས། །དཔུང་ཆེན་མོ་ལ་མི་པན་པ། །བཟང་  
ངན་དེ་ལྟར་འབྱེད་པ་གཅིས། །བཅུ་གསུམ་སྤོང་གི་བྱོད་སྤར་དེ། །ནགས་ལ་  
ཤིང་བཙད་མོ་ལ་ངན། །ཤིང་སྤོང་མགོ་ནས་རབ་གིར་འཆི། །དེ་རྣམས་བབ་  
ཀྱིད་བྱད་པ་ཡིན། །ད་མོ་མ་ཁྱོད་ཀྱིས་དབྱད་ཤེས་ན། །བྱོད་སྤར་ང་ལ་ལན་  
དབྱད་ཡོད། །ལན་དུ་དིང་དིང་བབ་པ་ན། །ཡ་རབ་ཚང་གི་མོ་ལ་བཟང་། །  
ཉིག་རི་ཐང་དང་འཕྲད་པ་ཡིན། །ཇག་པ་མགོན་པོའི་མོ་ལ་བཟང་། །གཡའ་  
སྤང་སོ་སྤང་ཚུགས་པ་ཡིན། །ཆུང་གསུམ་ནད་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །བྲ་བ་  
ཟ་འདོད་མ་དང་འཕྲད། །སྒྲིག་པོ་ཚང་གི་མོ་ལ་བཟང་། །རྣམས་འདབ་དུང་  
གི་སྒྲིག་ག་ཚར། །ཇག་པ་སྤངས་ལ་འདུག་ན་བཟང་། །ཉིག་རི་སོ་སྤང་ཚུགས་  
པ་ཡིན། །སྦྱིར་བཏང་ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་། །བྱོད་སྤར་ལན་དུ་དིང་བརྒྱག་  
ན། །མཁའ་ལ་སྦྱིན་དཀར་སྒྲིག་སྤོང་ཅམ། །དེ་རི་ཆེན་མ་མཁའ་གང་ངོ་

ཡིན། །བྱོད་ཕུར་བྱ་ཕུར་དཔུང་དག་གི། །ལན་དུ་ཁ་ལེ་བྱ་གིང་དང་། །ལྷགས་  
 བྲག་སྐམ་པོ་གང་རུང་བབ། །རྒྱ་ཡི་མཐིང་ཤོག་སྒྲོན་པོ་ལ། །པོད་གྱི་གསུང་  
 རབ་ཡི་གོ་བཤོད། །ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་ལ། །ལྷག་པར་རབ་གནས་  
 མོ་ལ་བཟང་། །བྱོད་ཕུར་ལན་དུ་སྒྲིན་དིང་ན། །དགུང་སྒྲོན་ཁོ་ལ་དུ་ལྷུང་བ་  
 དང་། །ཤིང་རྩུང་སྤེང་དུ་ཁུར་ཆེན་བབས། །རང་མགོ་རང་གིས་གཡོགས་  
 པ་ཡིན། །ཤིང་མགོ་བལ་གྱིས་བཅིང་བ་ཡིན། །གསེར་གྱི་བྱེའུ་རྩུང་འཕར་  
 མ་དེ། །བྱེ་མའི་རྩིབས་སུ་གི་བ་ཡིན། །ཅི་བཏབ་ཅི་ལ་ངན་ན་ཡང་། །ཡུངས་  
 མ་མོ་བའི་མོ་ལ་བཟང་། །མི་ཁུར་གྲང་གི་ཁལ་དུ་འཕེལ། །ཡུན་རིང་ནད་  
 པའི་མོ་ལ་བཟང་། །རྩོ་ལས་ལྷི་བ་བལ་ལས་ཡང་། །བྱི་ལོང་རྩོ་འཕྲོད་བཅུག་  
 ན་བཟང་། །བྱི་ལོང་རྩོ་ཡི་སྒྲོམ་དུ་ཚུད། །བྱོད་ཕུར་ལན་དུ་གལ་བར་ན། །  
 ལོ་དགུའི་ཁང་རྒྱན་དེ་བ་པ་དང་། །ཁག་གཅིག་མགོན་པོ་ཆེ་བྱེད་ཐུག་ །འདི་  
 ཐག་རིང་མགོན་པོ་འཕྲོ་ལ་ངན། །བ་སྐྱུ་འཛོལ་གྱིས་ཟེན་བ་ཡིན། །གཞི་བྱ་  
 འདེབས་ན་བཟང་བ་ཡིན། །སྐྱུ་མཁར་འོག་ན་གཡའ་སྤང་བདེ། །ལྷག་མོར་  
 དགོར་ལོར་འཕེལ་ཁ་རྒྱས། །ས་མཁར་བཅིགས་ན་སྐྱུ་མཁར་གྲུབ། །རག་  
 མགོན་བང་ཆེན་མགོན་ཡག་ཡིན། །ནད་བར་གྲང་རྒྱན་བཤའ་གཞིའི་སྤྲོང་  
 བས་ཐང་། །བྱོད་ཕུར་ལན་དུ་བྱ་ཡུན་ན། །གཡའ་སྤང་གི་རྩོ་རྩ་གྲོ་མོ་ལ། །  
 རྩོད་གྱི་འཕུར་གཤོག་སྒྲིས་བ་ཡིན། །མདའ་ལ་རྩོད་སྒྲོ་ཐོགས་བ་ཡིན། །  
 བྱོད་ཕུར་ལན་དུ་བྱ་ཕུར་ན། །བྱེའུ་བྱ་རྒྱལ་རྩོད་པོར་སོང་། །བྱོད་ཕུར་ལན་

དུ་མུ་ས་ན། །གཡའ་སྤང་མི་གངས་འཕེལ་བ་ཡིན། །གཡའ་སྤང་མི་དང་རྟ་རུ  
འབྲེལ། །ཤོར་ཁུང་ཉི་ལྷ་གཟུང་ཡིས་ཟེན། །སྤྲུམ་གཅིག་གི་མོ་ལ་ངན། །  
བྱོད་ཕུར་ལན་དུ་མ་ཚོ་ན། །མི་གཅིག་མི་བཅུར་འཕེལ་བ་ཡིན། །མདུང་ལ་  
བ་དན་ཐོགས་བ་ཡིན། །བྱང་བར་མ་ཚོ་རྒྱལ་བ་ཡབ་སྐུས་ན། །ལྷེ་ལྷུ་གཅིག་  
རྒྱལ་བ་དེ། །ཡེ་ཟེམ་བུ་བཞེས་པའི་ཚོ། །ལུང་གུ་པ་དང་བཅུ་བྱུང་ཡིན། །  
ལན་དུ་མ་ཚོ་བྱ་ཡུན་ན། །གོང་མོའི་འགྱུར་སྐད་ཐོན་པས་བཟང་། །ལན་དུ་  
མ་ཚོ་དབང་མདུང་ན། །ཡེ་སྟོན་དཔལ་གྱི་ས་བོན་ཚུགས། །བྱོད་ཕུར་ལན་  
དུ་སྟོ་ཚོ་ན། །རྒྱལ་བུ་མཆོད་ལུ་རྒྱལ་ས་ཞོན། །ལན་དུ་སྟོ་ཚོ་མདུང་བུ་ན། །  
རྟ་ལ་འཕུར་གཤོག་རྒྱས་བ་ཡིན། །ལན་དུ་ག་རིང་སྟོ་ཚོ་ན། །ས་བཟུང་མོ་  
ལ་ཡུལ་གྱིད་ཟེན། །མགོན་པོ་དོན་ཡོད་འདོད་བ་རྟེན། །དུན་དུན་ནད་པའི་  
མོ་ལ་ངན། །བྱོད་ཕུར་ལན་དུ་དམུ་དག་ན། །ཅང་སེ་དཀར་པོ་གྱོན་འདུག་  
ཡིན། །ལུག་ལུ་པོ་བསྐར་ལ་ཚུད་བ་ཡིན། །ཆུང་པོ་ཚང་གི་མོ་ལ་བཟང་། །  
དམུ་གིང་ཡལ་ག་རྒྱས་བ་ཡིན། །དུན་དུན་ནད་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །ཚོམ་ལུ་  
དཔལ་ཐག་ཟེན་བ་ཡིན། །རྒྱ་བ་མགོན་པོའི་མོ་ལ་བཟང་། །དག་ལུ་པོ་  
གཡག་གིས་བཤའ་ཁུང་བསྟེན། །མི་གཅིག་མོ་ལ་བྱོད་ཐར་ཡིན། །རྟ་གཅིག་  
མོ་ལ་བདུད་ཆད་ཡིན། །འདི་ཡི་ལན་དུ་དུང་སྟོ་ངན། །དམུ་གིང་ལོ་འདབ་  
དགུང་དང་མཉམ། །ལྷག་པར་སྟོག་ལུ་འདེབས་ན་བཟང་། །ཡེ་སྟོན་སྟོ་ཚོ་  
མཐའ་ནས་རྒྱས། །ལུང་ལ་རིང་གིས་མཐུད་བ་ཡིན། །སྟེ་སྐར་བ་ལུ་ལ་ཚུད་

པ་ཡིན། །སྤྱུ་རུས་ལ་འཁོར་བ་ཡིན། །གཡག་གི་འབྲིང་ཆད་མེད་པ་ཡིན། །  
 རག་པ་མགོན་པོའི་མོ་ལ་བཟང་། །མ་སང་དོན་ཚོལ་གྲོག་དང་འཕྲད། །  
 གཉན་རྩེ་གཡའ་སྤང་སྒྲིས་གཅིག་དེ། །གར་བསྐྱོད་ས་རུ་དོན་གསུམ་འབྲུབ། །  
 ཁྱོད་སྤར་ལན་དུ་སྒྲེར་ལེབ་ན། །བྱིས་བས་པ་རྩེས་ཟེན་པ་ཡིན། །ལན་དུ་  
 སྒྲེར་གྱི་བྱ་བ་རྒྱག་ན། །ལྷག་པོའི་ནོར་མོ་འདེབས་ཉིན་བཟང་། །འབྲི་བ་རྒྱག་  
 དང་ལ་བསྒྲིག་པ་ཡིན། །རུན་རུན་ནད་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །མགོན་སྤྱ་རུ་ཅན་  
 གཅིག་ཆས་པ་དེ། །བྱི་རུ་ཅན་གྱིས་བཤོལ་ངོ་ཡིན། །རག་མགོན་གཉིས་ལ་  
 བྱི་བཤོལ་ཆེ། །ཆས་ནས་རག་པ་རྟ་ལ་རུམ། །མགོན་པོ་ཡུལ་སྒྲོགས་མོ་ལ་  
 བཟང་། །གཡག་པོ་ངར་བས་ལ་དགུ་ལུད། །ལན་དུ་སྒྲེར་གྱི་བ་རྒྱག་བར་ན། །  
 གཉན་མིད་གོ་ཟན་བརྩེས་པ་ཡིན། །ཐང་ལི་རྟ་གི་སྒྲིལ་ཡིན། །ཁྱོད་སྤར་  
 ལན་དུ་ཚོལ་ཆེན། །སྒྲིས་སུ་གྲོག་དང་འཕྲད་པ་ཡིན། །དགུ་ལ་ནན་ཚུགས་  
 མ་ཚུངས་ཅིག །དཔའ་སྒྲིང་ཁ་རུ་ལུད་ཉིན་ཆེ། །ལན་དུ་ཚོལ་ཕེའི་བ་རྒྱག་བཟང་  
 བ། །གཡང་སྤང་སྒྲིད་གྱི་བྱེ་མར་གསོལ། །ལན་དུ་ཚོལ་ཆེའི་གསོལ་ངོ་ན། །  
 བྱི་བས་མོ་མཁར་བཅུགས་པ་ཡིན། །ལན་དུ་སང་དཀར་ཚོལ་ཆེན། །བྱི་ལྷ་  
 ཟན་དང་ཕྲད་པ་ཡིན། །བག་ཚོ་སྒྲག་ལ་འཛུམ་དུག་རྒྱས། །ཁྱོད་སྤར་ལན་  
 དུ་ལྷུང་བརྒྱུད་ན། །དུང་ལྷུང་ནམ་མཁར་བདེ་བ་ཡིན། །ལྷུང་གི་དུལ་ལོར་  
 ལྷུགས། །ལན་དུ་ལྷུང་བརྒྱུད་དུལ་མདངས་ན། །ལྷུང་གཤོག་རྒྱས་ནམ་  
 མཁའ་ལྷུང་གིས་བཀའ་། །ཁྱོད་སྤར་ལན་དུ་ཨ་ཁད་ན། །གཡའ་སྤང་ཁ་ལོ་

ཐོན་པ་ཡིན། །ལན་དུ་ཨ་ཁད་ཅེ་མ་ན། །ཤེལ་གྱི་ན་ཐོ་བརྟུང་རུ་ཅན། །བྲག་  
 དམར་ལོགས་ལ་ཟན་དང་འབྲད། །ལུང་ཁད་གཡའ་སྦྲང་མི་ཁས་ཐོག །  
 ལྷག་པར་རྟ་ལ་ངན་པ་ཡིན། །བྱོད་ལུང་ལན་དུ་རང་སྟན་ན། །བྲ་བ་སྦྱ་ཐོག་  
 རྒྱས་པ་ཡིན། །མྱང་སྦྱག་གོག་དང་འབྲད་པ་ཡིན། །དབུལ་པོ་ལྷག་པོར་འོང་  
 པ་ཡིན། །མགོན་པོ་ཆག་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །ཉིན་གྱི་རི་བོང་ན་རིངས་གྱིས། །  
 རིབ་གྱི་སྦྱ་ཐོག་རྟེན་པ་ཡིན། །དུན་དུན་ནད་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །ཨ་བྲ་དུར་  
 དུ་སོས་པ་ཡིན། །ཡུན་རིང་ནད་པའི་མོ་ལ་ངན། །སྟན་ལམ་གཤིན་ལ་ཟུག་  
 པ་ཡིན། །ཡུལ་རྩོ་ས་འཇམ་མོ་ལ་བཟང་། །བྱོད་ལུང་ལན་དུ་སྦྲང་ཟེན། །  
 གཡའ་སྦྲང་མི་དར་ཆུ་འབྱུང་ཡིན། །བྱོད་ལུང་ལན་དུ་བྱོད་ལུང་ན། །ནམ་  
 ལང་སོ་བ་བཞག་པ་ཡིན། །བྱོད་ལུང་ལན་དུ་དཀར་ཐོག་ན། །བྲ་བ་སྦྱ་ཐོག་  
 ཡར་ཡར་རྒྱས། །གཡའ་སྦྲང་དཔའ་སྦྲད་ཐོན་པ་ཡིན། །བྱོད་ལུང་ལན་དུ་  
 སེ་སྟོད་ན། །བཤས་ལྷག་བཤའ་རའི་ནད་དུ་ཆུག །སྡེ་ཆེན་རུ་ཉུལ་བྱེད་ཉིན་  
 ངན། །འབྲོས་བུས་བཅོན་ལུངས་བསྟེགས་པ་ཡིན། །སྟེས་ཐུན་སྟོག་བྱ་འདེབས་  
 ཉིན་ངན། །གཡའ་སྦྲང་བསྟུན་གྱིས་ཟེན་པ་ཡིན། །གྲོས་པོས་མནའ་མ་འཛོག་  
 ཉིན་བཟང་། །སྦྱ་ལྷ་རྒྱས་པ་རལ་གྱི་རེད། །བརྟེ་བཀའ་ལོག་མོ་ལ་བཟང་། །  
 ཆོས་ཤོས་བསྐྱར་ནས་རྒྱུ་སྦྱུང་། །མཐའ་མར་གམ་ཐབས་ཆང་གང་རེད། །  
 དམེ་ཐོ་ཆང་གི་མོ་ལ་བཟང་། །དམེ་བྲ་བྲག་གིས་རོམ་པ་ཡིན། །ཆག་པ་མགོན་  
 པོའི་མོ་ལ་བཟང་། །སྟེ་ལོང་འབྱུངས་པར་འབྲས་བུ་སྟེས། །དུན་དུན་ནད་



པའི་མོ་ལ་བཟང་། ཁད་པ་དུར་སོ་ཁ་ནས་ལོག་ །ཡུལ་རིང་ནད་པའི་མོ་ལ་  
 ངན། ཁའི་མེ་ལྷེད་མར་འགྲུལ་བ་ཡིན། བྱོད་ཕུར་ནམ་པོའི་ཕ་ལྷེ་ལ། ལན་  
 དུ་རྒྱ་དར་མིག་དམར་འཛིགས། ཉེ་ནི་སེ་སྟོད་སྟོ་བརྒྱག་ཡིན། བྱོད་ཕུར་  
 ལན་དུ་ལྷི་ཕུར་ན། བྱིའུ་བརྒྱག་པ་ཁ་དུ་སོང་། གཡའ་འ་སྤང་མགོ་ལ་བརྟུང་  
 རུ་རྒྱས། ཤངས་ཅེ་དཔའ་རྩལ་མཛོང་གསུམ་འཛོམས། གཡའ་འ་སྤང་མགོ་  
 ལ་བསེ་མོག་གྱོན། བྱོད་ཕུར་སྟོག་གི་འཇུ་ཐག་ལ། ལན་དུ་གི་རྒྱུང་རབ་  
 ཚོད་འཛིག ཉེ་ནི་ལྷེ་ཕུར་སྟོ་བརྒྱག་ཡིན། ལན་དུ་རྒྱུང་སྤར་ལྷི་ཕུར་ན། ཁ་  
 ཁ་ཤོག་རྩལ་ཅན་གྱིས་མཁྱོགས་དར་ཐོབ། རྒྱུང་སྤར་བརྒྱག་བཟང་བབ་  
 པ་ན། ཁེང་ལ་གཡུ་རལ་རྒྱས་པས་བཟང་། བྱོད་པར་རྒྱུང་སྤར་དུད་ཚོད་  
 བབས། ཁེང་གཡུ་རལ་རྒྱས་པའི་དག་སྒྲ་ཡིན། ལྷག་པར་པོན་པོའི་མོ་ལ་  
 བཟང་། ཞུ་བྲག་ཅན་དུ་བརྟུས་པ་ཡིན། གཅན་མི་ཟན་སེང་གེར་ཐལ་བ་  
 ཡིན། སྟེ་ཆེན་གོང་བརྩོད་ཉིན་བཟང་། གཅན་གཟན་བརྒྱ་ཡི་གོང་བདེར། གངས་  
 གྱི་སེང་ཆེན་འདི་ཡིས་བཟུང་། ཁད་པ་གི་སོས་མོ་ལ་ངན། གངས་  
 སེང་དཔའ་རྩལ་རྫོགས་ནས་གི བཀྲ་རྒྱན་ཡིན་ན་བདུད་ཆད་ཡིན། རྒྱག་  
 པ་མགོན་པོའི་མོ་ལ་བཟང་། སེང་ཆེན་དོན་ཆོལ་དོན་དང་ཤད། ལྷག་པར་  
 དབུས་བརྒྱད་མོ་ལ་བཟང་། གཡའ་འ་སྤང་གར་བརྒྱད་དོན་གསུམ་འགྲུབ། སྤྲ་  
 ལྷི་མདུང་ལ་བ་དན་ཕུར། བག་ལྷི་གཡའ་སྤང་བརྟུང་རུ་ཆད། རྒྱ་སྤར་  
 རིགས་རྣ་ཐང་བྲག་ལས་ཡར། རྫོ་མཚོན་དག་ལ་ཤོར་ངོ་ཡིན། བྱོད་ཕུར་ལན་

དུ་ཡར་ལྷིང་ན། ཁེང་གི་གཡུ་རལ་རྒྱས་པ་ཡིན། ཁྱོད་ལུང་ལན་དུ་སྐྱམ་མཉམ་  
 བ། ཁྱོད་ལུང་དུང་གི་ལུ་གུ་ལ། ལན་དུ་ངམ་གྱི་ལྷགས་སྐྱུང་འཛིགས། །  
 དེ་ནི་སྐྱམ་མཉམ་སྒོ་བརྒྱག་གམ། ཡང་ན་དྲོང་གི་སྐྱམ་མཉམ་ཡིན། དུང་  
 གི་ལུ་གུ་དཀར་པོ་དེ། ལྷགས་སྐྱུང་སྒོ་མོ་གཅིག་གིས་བྱེད། ལུག་པ་གཅིག་  
 གི་མོ་ལ་ངན། སྐྱམ་མཉམ་བརྒྱག་བཟང་རིགས་བབ་ན། ཁྱོད་ལུང་དུང་  
 སྐྱུང་དཔའ་ཤེད་རྒྱས། ཁྱོད་ལུང་ལན་དུ་ཅེ་ར་ན། གཡའ་སྐྱང་གོ་བྱོན་མཆོན་  
 ཐོགས་ཡིན། ལན་དུ་ཅེ་ར་ལང་ཐོག་ན། གཅན་རིག་པ་ཅན་ལ་ལ་ཉེ་བཟང་། །  
 ལྷག་པར་བང་ཆེན་མོ་ལ་བཟང་། ཁྱོད་ལུང་ལན་དུ་གཡུང་དུང་ན། གཡའ་  
 སྐྱང་པོ་སོ་དགུང་བས་མཐོ། ལྷང་པོ་དབུལ་པོའི་མོ་ལ་བཟང་། ལྷོང་བའི་  
 བང་དུ་འབས་བྱུག་འབྲངས། འབས་བྱུང་ནང་ན་མེ་ཉོག་མཛེས། དབུལ་  
 པོ་ནོར་གྱིས་འཆོང་བ་ཡིན། མགོན་པོ་འགྲོ་བའི་མོ་ལ་བཟང་། མཆོ་ཁར་  
 ཅི་འདོད་ཅིས་བྲལ་ཡོན། ལུན་རིང་ནད་བའི་མོ་ལ་ངན། མི་གན་ལྷ་བ་བྱད་  
 པ་ཡིན། ཡ་མ་ཐར་བྲས་བྲས་ནས་ཤི ལུལ་ས་དྲོ་འཇམ་མོ་ལ་བཟང་། །  
 གཡའ་སྐྱང་བསམ་དོན་འགྲུབ་པ་ཡིན། ཁྱོད་ལུང་ལན་དུ་ཁྱེ་བ་ན། དུ་  
 གོས་མེད་གོས་དང་འཐུད། འབྲང་བས་འབྲི་སྒྲེལ་རྟེན་པ་ཡིན། ཇག་པ་  
 མགོན་པོའི་མོ་ལ་བཟང་། ས་བཟང་ལུ་གུ་ཤི་ཆོལ་རྒྱས། བད་པ་ཤི་སོས་  
 མོ་ལ་ངན། གཤིན་རྗེའི་ཤིང་ཁྱི་བཅིགས་པ་ཡིན། བྱད་མེད་དར་མའི་མོ་  
 ལ་བཟང་། ལྷ་ལྷམ་བང་ནས་བྱ་རྟེན་ཡིན། ཁྱོད་ལུང་ལན་དུ་དོག་ན། །

རྒྱལ་པོ་ཁྲི་ཁར་བྱད་པ་ཡིན། །མི་ཆེན་སྐུ་ལྷ་འདེབས་ཉིན་བཟང་། །རྒྱལ་  
 བས་མི་འཕམ་སྒྲུ་མཛུད་ཡིན། །ཡུག་པོའི་གཞིས་སྐུ་འདེབས་ཉིན་བཟང་། །  
 ད་རོག་མཆོ་མོ་གཏིང་ནས་རྒྱས། །གསེར་རྩི་མི་འཆད་རྩི་ལྷ་ཡིན། །རྟུན་རྟུན་  
 བད་པའི་མོ་ལ་ངན། །བྱ་ངང་མོ་འདམ་ལ་གི་བ་ཡིན། །ལར་བྱད་མེད་སྐྱམ་  
 མའི་མོ་ལ་ངན། །ཀླན་མོ་གཅིན་ཤོར་བྱ་བ་ཡིན། །རྒྱལ་པ་མགོན་པོའི་མོ་ལ་  
 བཟང་། །གཡའ་སྤང་མར་ཁུའི་མཆོ་དང་ཕྱད། །ལན་དུད་རོག་དབག་ཆེན་  
 མ། །མ་བྱ་སྐུ་མདངས་རྒྱས་པ་ཡིན། །བྱོད་ལུར་ལན་དུ་དམུ་དབལ་ན། །  
 རྒྱུས་གཅིག་གསེར་གྱི་འཁོར་ལོ་བསྒྲོར། །བརྟན་མིང་དབྱེད་འཕང་མཐོ་རོ་  
 ཡིན། །དྲངས་མའི་མཛུད་པ་བརྒྱག་བཟང་རིགས། །བྱོད་ལུར་ལན་དུ་བབ་  
 པ་ནི། །ཉག་རས་བང་སྒྲ་ཐན་པ་ཡིན། །བྱོད་ལུར་གྱི་མཐོང་བ་བཟང་པོ་དེ། །  
 མོ་མཛུད་བཟང་པོའི་གཏན་ཆོག་ཡིན། །ཆང་བཟ་སྤྱང་གི་བྱོད་ལུར་ལ། །  
 མཐོང་བ་ཉེར་གཅིག་བཤད་པ་སོགས། །དོན་གྱི་བབ་ལན་འདི་ལ་འདུས། །  
 བྱོད་ལུར་ལན་དུ་སྐྱམ་སྒྲོན་ན། །མྱང་པོའི་མི་ཀ་བ་ཆུ་ལ་ཤོར། །བྱད་པར་སྐྱམ་  
 གྱི་ངན་རིགས་ན། །གཡའ་སྤང་མི་ཁས་ལོག་པ་ཡིན། །རྫོང་བརྩེད་གྱིས་ཟེན་  
 པ་ཡིན། །གཡའ་སྤང་བརྩེན་མོ་དུས་པ་ཡིན། །མགོ་རྩེན་ཆར་བས་གཅིས་  
 པ་ཡིན། །མཆི་མས་སྤྲོས་བྱས་ན་བ་ཡིན། །སྤྲོས་སྤྲོ་ཕྱོག་རྒྱར་དུག་ལོ་ཟོས་  
 པས་སྤང། །ལན་དུ་དམུ་ངམ་སྐྱམ་བབ་ན། །སངས་པའི་གཡུ་རལ་ས་ལ་ལྷང་། །  
 སྤྱིད་དགའ་ཕན་གྱི་མོ་ལ་ངན། །མཛུན་ཁུ་ལུས་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། །སྤྲོས་མཛུན་

ལུ་ཅན་གྱི་མོ་ལ་བཟང་། །མདུན་ལུ་འཁོ་ལ་བདེ་སྦྱིད་བརྒྱན། །ལྷག་པར་  
འཕེན་པོའི་མོ་ལ་ངན། །འབྲུ་བྲ་དགུ་ཚུ་གིར་གི་བ་ཡིན། །ནལ་ལ་བག་མ་  
ལེན་ཉིན་བཟང་། །ནལ་སྤྱག་ལྷ་ལ་བཏགས་བ་ཡིན། །རྒྱ་མགོན་གཉིས་  
གྱི་མོ་ལ་ངན། །རྒྱ་མགོན་ཚུ་ལ་ཚུ་བས་འབྲུགས། །རྒྱ་པོ་གཅིག་གི་མོ་  
ལ་ངན། །རྒྱ་མཇུག་རྒྱ་མེས་བཏུམ་བ་ཡིན། །ནད་པ་གི་སྐྱེས་མོ་ལ་བཟང་། །  
སྤྱག་མཆི་མ་བྱུང་ཀྱང་གད་མོ་བྱས། །ཡུན་རིང་ནད་པའི་མོ་ལ་ངན། །ནད་  
པ་སྤྱེ་མར་བྱས་ནས་གི་ཡུལ་དྲོ་ས་འཇམ་མོ་ལ་ངན། །བྱོད་སྤར་ལན་དུ་བྱ་  
རལ་ན། །གཡའ་སྤངས་སྤྱུ་མཚན་སྤྱེ་བ་ཡིན། །བྱོད་སྤར་མཐིང་གི་བྱེད་ཚུང་ལ། །  
ལན་དུ་ངམ་གྱི་བྱི་ནག་འཛིགས། །དེ་བྱོད་སྤར་ལན་དུ་བྱ་རལ་ཡིན། །ཀུན་  
ལ་ངན་སྤྱེ་སྤྱན་མོར་བཟང་། །བྱ་རལ་རིན་ཆེན་བབ་བ་ན། །སྦྱིད་གྱི་ཉི་མ་  
གར་བ་ཡིན། །བྱོད་སྤར་མིག་གི་རྒྱལ་མོ་ལ། །ལན་དུ་ལིང་ཐོག་སྤྱེ་མོ་འཛིགས། །  
ལན་དུ་ལི་ཡན་སྤྱེ་མོ་ཡིན། །བྱ་རིག་བཅན་ལ་ལམ་ལོག་བྱུང་། །གཡའ་སྤངས་  
ལ་སྦྱིང་རྒྱུང་ལང་བ་ཡིན། །ཁྱོ་ག་བྲ་མོའི་འབྲུར་སྤྱད་དེ། །སྤྱེག་པ་སྤྱེ་བོས་  
སྤྱེག་བ་ཡིན། །ཉིག་རི་བྱང་སྤྱ་ཤོར་བ་སྤྱེ། །སྤྱེ་ཆེན་ཡུལ་ཤོར་འོང་བ་ཡིན། །  
ལྷག་པར་སྦྱིད་དགའ་ཅན་ལ་ངན། །ཡུལ་དགུ་འགྲིམས་ཀྱང་རྩོ་མི་འགྲང་། །  
དུན་དུན་ནད་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །གཤེན་ཡུལ་ནས་གཉན་ཆན་གི་ལོག་ཡིན། །  
མི་ཆེན་འཇལ་འཕྲད་བྱེད་ཉིན་བཟང་། །ཁྱ་རྒྱུང་ལྷག་པར་བསྐྱར་བ་ཡིན། །  
རྒྱ་པ་མགོན་པོའི་མོ་ལ་ངན། །དག་སྤྱིའི་རོ་སྤྱ་རིས་བྱིས། །བྱོད་སྤར་

གྲོག་གི་སྤངས་རིལ། །ལན་དུ་ངམ་རྒྱང་འཛུགས་མ་འཛིགས། །ལན་དུ་ག་  
བག་ལི་ཡན་ཡིན། །དུ་གོས་དང་བྱེ་བ་ཡིན། །སྤྱིད་དགའ་ཅན་གྱི་མོ་ལ་  
ངན། །འུ་རྟ་ཁ་ཐུབ་དུས་པ་དེ་གི། །ཤ་ལེན་གཏིས་ཚུད་མོ་ལ་བཟང་། །  
སྒྲོན་པའི་པ་ག་སྤོན་ལས་ལེན། །རྒྱུ་མགོན་བྱེད་སུ་གི་བས་ངན། །ཁ་ཆེས་ས་  
རྒྱང་ལ་བཞག་པ་ཡིན། །ནད་པ་གི་སོས་མོ་ལ་བཟང་། །གྲོག་བདུད་གྱི་ལག་  
ནས་ཁྲག་པ་ཡིན། །ཤག་ལེའི་བརྒྱག་བཟང་བྱུང་བ་ན། །བྱ་ངང་དགར་རྒྱ་  
ལ་འབྱུང་བ་ཡིན། །སངས་རྒྱས་ཆོས་ཀྱི་ཐེང་མ་ཡིན། །བྱོད་ལུང་ལན་དུ་  
མར་ལྗིང་ན། །རྒྱལ་གྱི་ལས་ཀ་ཤོར་བ་ཡིན། །འཕེན་དར་ཅན་གྱི་མོ་ལ་ངན། །  
པ་ཆེན་སྒྲོན་བརྒྱད་མོ་ལ་ངན། །པ་སེང་གའི་སུ་བརྒྱད་ཁྱི་རུ་སོང་། །བཟང་  
གིང་ན་ལུས་འོང་ངོ་ཡིན། །མ་རབ་ཚང་གི་མོ་ལ་བཟང་། །དབྱི་མོང་སྤྱེས་  
པ་གིང་ཕྱིར་སྤྱེ་བས། །སྤྱེ་བས་བས་པས་པས་ལྟ་ཁང་བཞེངས། །ལྟ་ཁང་གསལ་  
མཁར་ཐུབ་ཉིན་བཟང་། །གིང་ཕྱི་མོ་བཅད་ནས་རྩ་བ་བྱས། །དུས་པ་འགོ་  
བའི་མོ་ལ་བཟང་། །ཞུ་སྤྱི་པོར་ཐུད་ནས་སྤྱིང་བཞེ་བལྟས། །མི་ཆེན་གོང་  
ལ་འགོ་ཉིན་བཟང་། །རྒྱ་བཞེའི་གོས་ལ་གོང་བ་མེད། །རྒྱུ་པ་མགོན་པོའི་  
མོ་ལ་ངན། །གོ་བྱེ་བུད་ནས་ཨ་གྲང་འཆའ། །དུན་དུན་ནད་པའི་མོ་ལ་ངན། །  
མི་གི་མགོ་ནས་གི་བ་ཡིན། །གིང་ཆད་རྟེན་ནས་ཆག་པ་ཡིན། །ཡུན་རིང་  
ནད་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །གིང་སྤྱེ་ཆག་པ་རྒྱ་ཡིས་གསོས། །མི་འཆི་ཁ་སྤོན་  
གྱི་སོས་པ་ཡིན། །བྱོད་ལུང་ལན་དུ་སྤོ་བར་ན། །གཡའ་སྤང་གྱོད་གྱིས་ནོན་

བ་ཡིན། །སློབ་པ་བརྒྱུག་ངན་རིགས་བབ་ན། །གཡའ་སྤང་མཛེ་ཡིས་ཟིན་  
བ་ཡིན། །སློབ་པ་ལིང་ཀུན་བབ་བ་ན། །ཅིང་ཀུན་དག་ལ་ཆས་ཏེ་བཟང་། །  
བྱོད་སྤར་གསལ་བའི་སློན་མེ་ལ། །བདུད་ཀྱི་མུན་པ་ནག་པོ་འཛིགས། །ལན་  
དུ་སོ་ཡོན་བབ་ན་ཡིན། །གཡའ་སྤང་མགོ་ལ་རེ་ན་གྱོན། །ལན་དུ་སོ་ཡོན་  
ལག་བཤལ་ན། །བྱ་བ་སྤྱུ་ཐོག་བྱི་བ་ཡིན། །ལྷག་པོ་དབུལ་པོར་འགོ་བ་ཡིན། །  
མྱང་པོའི་སྒྲིག་སྤྱུ་འདེབས་ཉིན་ངན། །བདུད་ཀྱི་ལག་བཤལ་བརྒྱུང་བ་ཡིན། །  
རྒྱ་པ་མགོན་པོའི་མོ་ལ་ངན། །དག་ཡི་མུན་པས་བྱུན་ལ་གཡོགས། །ཁ་  
སྤྲུལ་ཁ་མཆུ་འོང་ངོ་ཡིན། །ནད་པ་ཤི་སོས་མོ་ལ་བཟང་། །གཤེན་གྱི་དལ་  
ཁ་ཆེན་པོ་ལ། །སྤྱལ་མཁུག་ཅན་འོང་དུ་ཤི་ངོ་ཡིན། །བྱོད་སྤར་ལན་དུ་སྤ་  
སོད་ན། །གཡའ་སྤང་སྤོན་མོས་བསྐྱས་བ་ཡིན། །མྱང་པོའི་སྤྱ་གཅིག་བདུད་  
ཀྱིས་ཁྱེར། །གཅིག་ལ་མང་པོས་རུབ་བ་ཡིན། །བྱོད་སྤར་ལན་དུ་མ་ཟེན། །  
རི་བོང་གྲུག་གིས་ཁྱེར་བ་ཡིན། །བྱ་ཆ་བཙན་གྱིས་ཁྱེར་ངོ་ཡིན། །བྱོད་སྤར་  
ལན་དུན་འབན་ན། །ལྷ་སྤྱུ་ཐོག་གིས་བསད་བ་ཡིན། །བྱོད་སྤར་ལན་དུ་རྩྱང་  
དམར་ན། །ཤིག་ཆེ་ཟད་དབུལ་བར་སྒྲེབ་བ་ཡིན། །བྱོད་སྤར་གཡའ་སྤང་  
སྤྲུལ་གཅིག་ལ། །ལན་དུ་སྤྱུ་རིང་ཁྲག་མིག་འཛིགས། །དེ་ནི་རྩྱང་དམར་སེ་སྤྱོད་  
ཡིན། །བྱོད་སྤར་ལན་དུ་བྲག་རིགས་ན། །གཡའ་སྤང་མཐའ་ལ་ལྟུང་བ་ཡིན། །  
ལར་བྱ་རལ་སེ་སྤྱོད་སྤྱོད་བརྒྱུག་དང་། །སྤྲུལ་མཉམ་ལྡེ་སྤར་གཉིས་སྤྱོད་བརྒྱུག །  
སོ་ཡོན་རྩྱང་དམར་སེ་སྤྱོད་དང་། །བྱ་རལ་ག་བག་ལི་ཡན་ཏེ། །འདི་རྣམས་

བྱོད་ཕུར་འཛིག་མིག་བརྒྱད། །དེ་སོགས་ངན་སྒྲིགས་བརྒྱུག་ངན་ན། །གཡའ་  
སྤང་བྲེལ་གྱིས་ཐོག་པ་དང་། །འོག་རྩ་ཅིང་གིས་འཐེང་བ་ཡིན། །གཡའ་  
འབྲུམ་སྒྲ་གཡུ་སྒྲིན་ལ་ཤོར། །ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན་བ་ཡིན། །དེ་བྱོད་ཕུར་  
སྒྱུན་གྱི་མདོན་ཤེས་ལ། །མཐོང་བ་ངན་བ་ཤར་བ་ཡིན། །དེ་མ་གྲོ་ཆོགས་  
བསགས་ཁི་འབྲུབ་བྱ། །སྒྱིར་བྱོད་ཕུར་འདུར་རྒྱུག་མང་བ་ན། །སྒྲོ་ཕུར་འདུར་  
རྒྱུག་འུར་ཐིང་དོ། །ནད་མོང་སྤྱད་ནས་བྱི་སར་སོང་། །འཚུབ་ཆ་ཆེ་བས་གཏོ་  
དེམ་འབད། །བརྗེ་ཡིན་ན་མཆོད་རྟེན་བཙིགས། །ཁོན་པོ་ཡིན་ན་གསས་  
མཁར་བཞེངས། །སྒྲིས་བ་ཡིན་ན་ལབ་ཅེ་བརྟོད། །རྒྱུད་གསུམ་བྱེའུ་རྒྱུར་  
འཕུར་མདོས་བྱ། །ཁུད་མེད་ཡིན་ན་དབང་སྒྱུར་བྱ། །ཡམ་མ་ཡིན་ན་གྲུ་ལྷ་  
བསྐྱུག། །ཤེར་བྱིན་བརྒྱ་བཞི་སྒྲོང་མདོས་དང་། །ཆེ་རྒྱུགས་མགོན་བརྒྱན་  
ཆེན་བྱ། །ཤོད་ཁར་ཞི་བའི་སྒྱིན་སྒྲིག་བྱ། །རུ་སོད་མ་ཐེན་འབན་རྣམས། །  
རང་སར་བབ་ནས་བྱིས་བྱ། །བྱོད་ཕུར་བབ་ན་དག་ཡི་ཆོགས། །བྱིན་གྱི་བདུད་  
བབ་སྒྲོ་མདའ་ཡིན། །ལྷོག་ན་བཤད་བཤོ་ལོག་བྱ། །~~མེ་རྩེ་~~ མེ་རྩེ་གསུམ་  
སྒྲེལ་གཅིག་འཇུག་སང་། །མཁའ་སྒྲོང་དབྱིངས་གྱི་བྱོད་ཕུར་ཡིན། །བྱོད་  
ཕུར་ནང་གི་མཛེངས་བ་ཡིན། །~~མེ་རྩེ་~~ མེ་རྩེ་བཞི་སྒྲེལ་ལྷགས་ཐག་འདྲ། །  
ལྷགས་ལ་ཡར་བ་དེ། །ཤིང་ཤག་ཤིང་གི་བྱོད་ཕུར་ཡིན། །བྱོད་ཕུར་སྤར་མ་  
ཆོག་རྒྱུག་ཡིན། །བྱུང་གྱི་དུར་བྱ་གཤོག་ནག་ཡིན། །ངམ་གྱི་ཤ་སྤང་ལྷགས་  
མཆུ་ཡིན། །དེ་ལྟར་བྱོད་ཕུར་བརྒྱུག་མེད་གསུམ། །བྱོད་ཕུར་དབང་སྤར་

མཛེས་གསུམ་ཡིན། །ཕྱོད་ལུང་དཔའ་སྤར་མཛེས་གསུམ་དེ། །དཔའ་  
 སེམས་གཅིག་ལ་འཁོར་བ་ཡིན། །ལན་དུ་ཡར་དིང་སྟག་འཕྱུར། །དཔའ་  
 སེམས་གཅིག་ལ་འཁོར་བ་ཡིན། །དམོ་མཁྱེད་ཀྱིས་དབྱུང་གེས་ན། །ཕྱོད་ལུང་  
 དལ་བརྒྱག་བཤད་ཡོད། །~~རྒྱུ་ལྔ་~~ མཁར་ཅེ་དང་པོ་བརྒྱག་བ་ན། །དཀར་  
 ཐོག་གཡུང་དྲུང་ཞེས་སུ་བྱ། །དཀར་ཐོག་སྟེན་གསུམ་ཆེ་བ་ཡིན། །དཀར་  
 ཐོག་སེ་སྟོད་ཅེས་གྲང་བྱ། །ཕ་དེ་གལ་བར་ཐོད་དཀར་ཡིན། །མ་ནི་དངས་  
 མ་གཡུ་སྟོན་ཡིན། །འཁོར་རང་དཀར་ཐོག་གཡུང་དྲུང་ཡིན། །རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་  
 པའི་དག་སྟེན་ཡིན། །ཡག་ལ་ཐོབ་པའི་མེར་མ་ཡིན། །གནམ་ས་འབྱེད་པའི་  
 སུ་ལུ་ཡིན། །མཐུ་ཆེན་མེར་མའི་རྟེན་མར་ཡིན། །དུང་སང་དཀར་མའི་འོ་  
 མ་ཡིན། །གཡུ་འབྱུག་སྟོན་མའི་ཁ་ཆུ་ཡིན། །དུང་ཁྱུང་དཀར་མའི་སྟོང་ཆུ་  
 ཡིན། །བ་བཅུན་འཕྱུལ་གྱི་འོ་མ་ཡིན། །མདུད་བ་བཟང་པོའི་རྩ་བ་ཡིན། །  
 བརྒྱག་ཁ་བཟང་པོའི་ནང་བཅུད་ཡིན། །དབྱིག་དཀར་རྣམས་ཀྱི་དག་སྟེན་ཡིན། །  
 དབྱིག་ནག་རྣམས་ཀྱི་ཁ་གནོན་ཡིན། །སེ་སྟོད་སྤར་མའི་རྩི་ལུ་ཡིན། །སང་  
 རྟོད་སྤང་གི་རུ་ཞོ་ཡིན། །དཀོར་མཛོད་ནོར་གྱི་བང་བ་ཡིན། །ནོར་འཁྱམས་  
 ཀྱི་ཡང་སྟིང་ཡིན། །ཞང་ཞོང་ལུག་པས་མིང་བཏགས་པ། །ཕྱོད་ལུང་གསེར་  
 བྱ་དཀར་མོ་བརྒྱག་ །བར་བས་ལང་མ་ལིང་ཆོ་བརྒྱག་ །སྟོང་བས་དཀར་ཐོག་  
 གསལ་སྟོན་ཟེར། །རྩ་བཀ་འདྲེས་པའི་སྟེན་མདུད་ཡིན། །དཀར་ཐོག་སྟེན་  
 གསུམ་གར་བབ་གྲང་། །འབྲུག་ས་པའི་རྒྱལ་ཁ་དེ་ན་ཡོད། །སང་དང་བྲག་



དང་གཡུང་བྱུང་གསུམ། །མོ་མདུད་འདི་ལ་ཚང་བ་ཡིན། །དཀར་ཐོག་ཡིན་  
 པའི་གཡུང་བྱུང་ཡིན། །སེ་སྟོད་སྡེ་ཚོན་བྲག་ཏུ་སོང་། །བྱོད་ཐུར་ཡར་བས་  
 སང་གཅིག་ཡིན། །དཀར་ཐོག་སེ་སྟོད་བྱ་བ་འདི། །མིག་ཤ་འགལ་འཕྲོག་  
 བྱེད་ཉིན་བཟང་། །ཁྱི་སྐག་བབ་ཕྱོགས་གྱི་དག། །དེ་སྟོན་དུལ་དཀར་བབ་  
 བ་ནི། །དམག་ཉེས་གཡུལ་བརྒྱུ་འོང་འོ་ཡོད། །གཅིག་གི་སྟེང་དུ་དཀར་  
 ཐོག་སུན། །ཤར་ཕྱོགས་ཤེལ་བྲག་དཀར་པོ་ལ། །དུང་བྲམ་བུའི་ལ་ཉེ་ཡག །  
 ཤར་མ་གཉན་གདན་ཁྱིར་རྒྱུད་རྒྱུད་འཕེལ། །སྐྱུག་གི་ཁུ་རུ་ཕོག་བ་ཡིན། །  
 གྲུ་བ་སྦྱིད་ཚོལ་མོ་ལ་བཟང་། །གཉིས་མིན་བུ་ཅ་ཅ་ཅི་ཅི་ཡིས། །བདུད་ཅི་  
 རོས་པ་ཐང་ལ་པོ། །ཟ་ལ་ཁད་གྱི་འགམ་ཕུག་དང་། །རྒྱག་ལ་ཁད་གྱི་གདོང་  
 ཕུག་ཡིན། །དག་བྱོད་གཉིས་ཀ་དུས་གཅིག་འོང་། །ཅི་བཟུང་ཀུན་ལ་ངན་  
 པ་ལ། །ཡུལ་བས་མ་ཞིང་མོན་བཟང་། །གསུམ་གཡུ་འོད་ཁྱི་སང་སྟོན་མོ་  
 ལ། །མེ་དོག་ཏུ་ལོ་གཡུ་ལོ་སྦྱེས། །བུ་དང་ཚ་བོའི་སྦྱེ་འགའ་བཟང་། །སྒྲན་  
 ལྷག་ལོ་མ་ལ་བུ་གཅིག་འཕྱུངས། །མིང་ཡང་གཡུང་བྱུང་རྒྱལ་དུ་ཐོགས། །  
 བཞི་རྒྱུང་ལུང་དཔུལ་གྱི་བ་ཁོག་དེར། །ཁྲུ་ཡི་ཁོར་གཡང་མི་གཡང་བབས། །  
 མི་ཁོར་གཉིས་ཀ་དུས་གཅིག་འཕེལ། །ལུ་གཡུག་པ་ངམ་རྩེ་ཚུ་ལོ་བོ་དེས། །  
 ཏུ་ནག་བཞོན་ཅིང་རེ་ནག་གྱོན། །གདོང་ལ་ཁྲག་གི་མཆི་རིས་དོད། །ལག་  
 བ་མི་ཤ་ལག་པ་བྱིར། །སྟོན་པའི་ཡུལ་སོང་ཡེ་སྟོན་བསྐྱུས། །ཉི་ཟླ་སྐར་གསུམ་  
 གནངས་སུ་སྒྲངས། །སང་རུབ་ནམ་གྱི་གུང་བྱེད་ལ། །ཉེ་སྟོར་དམག་གིས་

གང་དོགས་ཡོད། །དག་གཅིག་ཡོད་པར་ཐེ་ཚོམ་མེད། །གཏོ་ལ་མདོས་དང་  
 དག་བསྐྱོག་བྱ། །གཡང་ལྟ་བུ་མིང་རྩེས་སུ་འབྱུངས། །སྒྲི་ལ་ཆ་བྲེག་བྱས་པ་  
 ཡིན། །དུག་བ་བཙུན་འཕྱུལ་མོའི་བཞོག་ཏུ། །མེདོག་ཏེ་ལོ་སྟོང་ལྟ་ལ་འབྱུངས།  
 སྒྲན་སྒྲུལ་ལོ་མ་ལ་བུ་ཆ་སྟེ། །སྤྱད་ཀར་ལུ་མ་མཛད་ས་མའི་རྩེ་བྱེད། །མོ་སྒྲམ་  
 སྟོང་དང་ལྟ་བ་ཡིན། །བདུན་པ་སྒྲན་སྒྲུག་ལག་གཡས་པ་དེས། །སྤང་དག་  
 བོའི་མགོ་ལ་རལ་གྱི་ཐེབས། །མི་ག་ལེན་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །པ་སྒྲན་དར་  
 མའི་རྩེ་བྱེད། །སྟོན་ལ་ཞེ་དུག་མེད་པ་དང་། །གྲོགས་པོ་དཔའ་ལ་བུ་ཏྲ་  
 མཁྱོགས། །བརྒྱད་དྲུང་རིལ་དྲུང་ཁ་ཉེ་ཡག །རྒྱ་གར་བྱེད་འབར་རྒྱུན་ལ།  
 བྱ་ཁྱུང་དཀར་མོའི་སྟོང་འབྱུངས། །དམ་ཚོས་མི་རྒྱུ་རྒྱལ་མཆོན་ཚུགས། །  
 གཡུང་དྲུང་བོན་གྱི་གསས་མཁར་མཐོ། །མི་སྟོག་ཅན་ཚོས་ལ་ཚུད་པས་བཟང་།  
 སྟོག་པ་དག་ནས་གྲུབ་པ་ཐོབ། །མི་དཔའ་ཏྲ་མཁྱོགས་གཉིས་ཀ་རུས། །མི་  
 འོར་གཉིས་ཀ་དུས་གཅིག་འཕེལ། །དག་གཅིན་རབ་སྟོན་པས་བདུད་དམག་  
 བདུལ། །བོན་མཁས་པའི་ཁ་ལ་ཕྱེ་གཡང་ལོར། །བོན་དང་བྱ་གཡང་བརྟེན་  
 བ་བཟང་། །བོན་བྱས་ལམ་དུ་སོང་བ་ཡིན། །བོན་གྱི་བསྟན་པ་དར་བ་ཡིན།  
 བཙུ་ལྟ་ལུ་རྒྱལ་མོའི་ཁང་བཟང་དེ། །རིན་ཆེན་སྣ་ལུས་བཅིགས་པ་ཡིན། །  
 རྒྱལ་བོ་སྟེ་བཞིའི་སྟོང་བཞག །ཁྱེད་བོའི་མི་མཐའ་ཚུ་བས་རིང་། །དག་གཞི་  
 དོན་གསུམ་ཀུན་ལ་བཟང་། །བཙུ་གཅིག་ཁ་ལེ་དཀར་བས་བསྐྱེས་ཡིན། །  
 བྱོད་སྤར་ཡར་བས་ཏྲ་མཁྱོགས་ཡིན། །སེ་སྟོང་ཡིན་པས་དག་གསོད་བྱེད། །

གསུམ་ཀ་བསྐྱེད་སྤང་བས་རྒྱལ་ཡུལ་རྒྱལ། ། བུ་སྐྱེ་ཞོར་འཕེལ་བཅོན་སྤྲུག་དང་། །  
 མདུད་པ་གསེར་དང་གཡུ་ཡིས་བཀོལ། ། དཀར་ཐོག་རྒྱལ་ས་བཅུ་གཅིག་  
 ཡིན། ། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་ཡིན། ། བཅུ་གཉིས་རྒྱ་སྟག་མཆེ་བ་ཆག །  
 སྐྱེས་དར་མ་གཅིག་གི་མཐའ་མིག་ཡིན། ། སྤྱང་གནམ་མཐོང་ལུང་བར་སྤྱང་  
 བྱི་རྒྱུག ། རྟོར་བོད་རྒྱལ་བ་དབྱེད་རྒྱུག་བྱེད། ། རོ་སྟག་རལ་ཅན་གཅིག་གི་  
 རུའཆི། ། སྒྲན་གཡུ་ལུང་ཅན་ཞིག་རུ་དཀོས་འབྱུང་། ། རོར་མ་གཡང་ཅན་ཞིག་  
 འཆོར་ངོ་ཡིན། ། གཏོ་ལ་སྐྱིན་སྒྲིག་དག་ཆོས་བྱ། ། ཡོན་ལ་ནང་ཞོར་བཀྲ་ག་  
 ཅན་འབུལ། ། བཅུ་གསུམ་དྲུང་མི་ལྟན་དཀར་དེས། ། དྲུང་ལྷམ་དཀར་མོ་ཁབ་  
 ཏུ་བཞེས། ། དྲུང་རི་དཀར་པོའི་ཅེ་ལ་བྱོན། ། དེ་ལ་ལྷ་རབ་སྒྲེ་དགུ་སྒྲིད། ། ལྷམ་  
 སྤྱིང་བཅོ་བརྒྱད་འཕེལ་ཁ་ཡོད། ། སྤྲུམ་ཅུ་གྲུབ་པའི་ལྷ་གནས་སྤྱ། ། མ་ཆོས་  
 ལོ་ཐོག་འབྱུངས་པ་ཡིན། ། སུ་ཡི་ལྷ་བྲག་དཀར་པོ་ལ། ། གངས་ཆོག་ཐོར་ཅམ་  
 ཞིག་ཆགས་པ་ཡིན། ། རྒྱས་དང་བསྟན་པ་དུས་གཅིག་ཐོབ། ། གཞན་མ་ཀུན་  
 ལ་བཟང་བ་སྟེ། ། མི་རྒན་ནད་པའི་མོ་ལ་ངན། ། མར་སྤྱད་གྲུང་ལ་འབྱུར་བ་  
 ཡིན། ། བཅོན་སྤྲུག་ཞོར་ལུག་མོ་ལ་ངན། ། ཟངས་དཀར་འོ་མས་གང་ནས་  
 འབོ། ། གངས་ཉིམ་གར་ན་འཇུ་འདོད་ཡིན། ། སྤྱིད་ཀྱི་ལ་བརྒྱལ་འབྱུང་དོགས་  
 ཡོད། ། ཆོས་ཆེན་བཀའ་འདོན་བསྐྱང་བ་བྱ། ། ཡུལ་ཁ་བརྗོད་ལ་གཏོ་སྤྱ་  
 བཅུ་གསུམ། ། ལར་དཀར་ཐོག་མི་བྱུག་བྱིས་ཡིན། ། གང་བབ་ཐོགས་ཀྱི་དག་  
 རོ་དང་། ། མི་ཞོར་འཕེལ་གཡང་དེ་རུ་ཤོར། ། བཞིག་གསུམ་པོ་གར་བབ་ཀྱང་། །

བཞིལ་གཡང་གིས་གང་བ་ཡིན། །ལྷ་ས་གསུམ་དུ་བབ་བ་ན། །འབྲུག་ས་པའི་  
གཡུལ་ཆེན་རྒྱལ་བ་ཡིན། །སྤིང་མིག་ཐོག་གསུམ་བབ་བ་ན། །མ་གསུམ་  
ལྷེ་ཐག་ལྷོད་བ་ཡིན། །འུ་ཆ་བཟང་པོ་སྐྱེ་དེ་ཡིན། །དཀར་ཐོག་སྤིང་གི་སྒྲ་  
མདུད་འདི། །འོ་མལ་བརྒྱུག་ཉིས་གར་བབ་པའི། །འོ་བ་དེ་ལ་བུ་སྐྱེ་དོ། །ལར་  
དཀར་ཐོག་གིས་མི་ཐེག་ནག་ཐོག་ཡིན། །སོ་ཡོན་བྱོད་ལུར་སེ་སྟོད་ན། །  
དཀར་ཐོག་བསང་པའི་བཤན་བ་ཡིན། །སོ་བྲག་རྩོད་བྲག་སྐྱེར་བྲག་གསུམ། །  
དཀར་ཐོག་འགོ་བ་པའི་ཐུན་བ་ཡིན། །སྐྱུ་མ་དང་སྐྱེར་ནག་སྐྱེན་དིང་གསུམ། །  
དཀར་ཐོག་ན་བའི་ན་འདྲེ་ཡིན། །འི་ཡན་ཐང་ལེ་བྱ་རལ་གསུམ། །དཀར་  
ཐོག་དབུལ་པའི་དབུལ་འདྲེ་ཡིན། །འདི་རྣམས་དཀར་ཐོག་ལན་དུ་ངན། །  
མཚོ་དམུ་དག་ཡར་ལྷིང་གསུམ། །དཀར་ཐོག་གནས་པའི་མཁར་དེ་ཡིན། །  
འདི་རྣམས་ལན་དུ་བབ་ན་བཟང་། །གཞན་མ་བྱོད་ལུར་སྐྱབས་དང་འདྲ། །  
**འུ་**མཁར་པའི་འོག་དུ་བརྒྱག་སོང་ན། །སྐྱུ་ཐོག་སེ་སྟོད་ཅེས་སུ་བྱ། །  
སྐྱུ་ཐོག་གཡང་གི་མཚོ་མོ་ཟེར། །སྐྱུ་ཐོག་ལ་ལྷུག་ས་གི་གསེར་རྩི་ཡོད། །  
ཐོངས་པ་ནོར་འཚོལ་བྱེད་ན་བཟང་། །སྐྱིར་དཀར་ཐོག་དུས་གི་བཤད་བ་ལྟར། །  
དག་གཞི་ཀུན་ལ་བཟང་མོད་ཀྱང་། །བྱེད་པར་གཡང་གི་སྒྲ་མདུད་ཡིན། །  
གསུམ་པར་བརྒྱག་ཁ་བྱུང་བ་ན། །དམར་ཐོག་སེ་སྟོད་བྱ་བ་འམ། །དམར་  
ཐོག་ཁྲག་གི་རྒྱ་མཚོ་ཟེར། །དམར་ཐོག་ལ་ཁྲག་མཚོ་ཁོལ་མ་ཡོད། །དག་  
སྒྲའི་རྒྱ་མཚོ་མར་ལེན་བ་སྟེ། །དག་པ་གཟན་འཚོལ་མོ་ལ་དགོས། །མོ་སྐྱུ་མ་

མིང་གི་བྱ་ལ་བཟང་། །བཞི་པ་དེ་ལ་བརྒྱུག་སོང་ན། །ནག་ཐོག་སེ་སྟོད་བྱ་  
བཡིན། །ནག་ཐོག་ལ་གྱོད་གྱི་གཞི་མ་ཡོད། །རྫོང་པ་བྱི་བྱིད་མོ་ལ་བཟང་། །  
ཡ་མ་ནག་པོའི་མོ་ལ་བཟང་། །སྒྲགས་ནག་ཐོག་མ་ཐུ་བརྒྱབ་ན་བཟང་། །  
ནག་ཐོག་དུག་གི་མཚོ་མོ་ཡིན། །ཚོན་པ་ལིང་ལ་འགོ་ཉིན་དགོས། །གར་བ་  
བགངས་གྱི་གཡག་རོ་ཡིན། །དེ་མིན་ཅི་ལ་བབ་ཀྱང་ངན། །ལྷ་པ་སྒོ་ལ་བརྒྱག་  
སོང་ན། །སེ་སྟོད་བྱ་ལ་སྒྲུལ་འཇུག་སམ། །སྒྲུལ་ནག་སེ་སྟོད་ཞེས་ཀྱང་ཟེར། །  
སེ་སྟོད་ནང་གི་སེ་སྟོད་ཡིན། །སེ་སྟོད་ཁྲག་མཚོ་དུག་རྒྱངས་འགྱུར། །སྒྲགས་  
པོན་མཐུ་ཆེན་མོ་ལ་བཟང་། །དུད་འགོ་སེམས་ཅན་རོ་སྒྲར་ཡིན། །རྫོང་པ་  
བྱི་བྱིད་མོ་ལ་བཟང་། །ཡ་མ་ནག་པོའི་མོ་ལ་བཟང་། །དེ་མིན་ཅི་ལ་བབ་  
ཀྱང་ངན། །གཅིག་གི་སྟེང་དུ་སྒྲུལ་འཇུག་ན། །བས་གྱི་དོ་རིང་ཤོར་བ་ཡིན། །  
ཅི་ལ་བབ་ཀྱང་ངན་པ་ལ། །ལུབ་གཅིག་གོགས་མོ་འཚོལ་ན་བཟང་། །རྫོང་  
རྩེ་ཁྲག་ལ་འདྲེས་པ་ཡིན། །ཞག་གཅིག་དགའ་ལ་འདེབས་ན་བཟང་། །ས་བདག་  
རྒྱལ་པོའི་མ་ཐུབ་གཡར། །གཉིས་སྒྲེས་བྱ་ལག་སྒྲ་དམར་བ་ཡིན། །མོ་བཙུན་  
མིང་དེ་ཉིལ་བ་ཡིན། །གསུམ་སྒྲ་ཆུང་པ་ཡི་ཁྲག་ཟེལ་ཡིན། །བཞི་ལ་གྲུ་ཆང་  
ཁྲག་གིས་གང་། །ལྷ་ལ་དགའ་མིག་ཁྲག་གིས་བཀང་། །དུག་ལ་གད་མར་སྒོ་  
རུ་འོང་། །མོ་བཙུན་ནད་གྱིས་ཐེབ་དོ་ཡིན། །བང་ནལ་གཉན་གྱི་བྲུ་ཆང་འཐོར། །  
འོག་རྩ་དང་ལ་ཁྲག་འདྲེས་པ་ཡིན། །བརྒྱད་གསེར་གྱི་དོ་རྩེ་འདྲེས་པ་ཡིན། །  
དགའ་རྩ་གཤང་ཁྲག་ལ་འདྲེས་པ་ཡིན། །བྱེད་པར་ཁང་པོ་གི་དོ་ཡིན། །བཙུལ་སྒྲ

གོས་ཁྲག་ལ་འབྲེས་པ་ཡིན། །བརྩ་གཅིག་དག་སྒྲུའི་བྱུང་མཆུ་དམར་བ་ཡིན། །  
 བརྩ་གཉིས་དམ་གྱི་ག་མཐའ་དམར་བ་ཡིན། །བརྩ་གསུམ་སྤྱི་བོའི་རྩོམ་ལ་  
 ཡིན། །བྱོད་དང་དཔོན་དན་དག་ལྟ་རྟོ། །རབ་མདའ་བྱུ་རྒྱལ་བྱེད་ན་བཟང་། །  
 བཟང་སེམྱ་དག་ལ་བརྒྱལ་སོང་ན། །དམར་ཡོན་སེམྱ་སྤྱི་རྩོམ་ཡིན། །  
 དཀར་ལ་སྒྲུང་གའི་སེམྱ་ཡིན། །མུང་པོ་མི་འཆོང་ཁ་མེད་ཡིན། །  
 འདི་ཡི་གཡོན་ལ་བརྒྱལ་བཅས་ན། །ནག་ལ་མུན་པའི་སེམྱ་ཡིན། །མང་  
 པོ་མི་འཕུང་ཀ་མེད་ཡིན། །དབུས་མདུད་པའི་ཁན་སྒྲིལ་པར་བརྒྱལ།  
 སེམྱ་ཁོག་བརྒྱལ་བྱ་བའམ། །སྒྲིལ་གཉིས་བསྒྲིལ་པའི་སེམྱ་ཡིན། །བན་  
 དོན་ཉམ་ཁུང་ཅན་ལ་བཟང་། །སེམྱ་མེར་བ་དག་སྒྲིལ་གྱི། །སེམྱ་ནལ་  
 གྱི་ག་མ་ཡིན། །སྒྲིལ་སྒྲིལ་ལྷུ་གར་མ་བྱ་བ་དེས། །ཁང་པོ་སྤྱེའུ་དང་  
 བསྐྱེད་སྤྱེད། །ནལ་བུ་སྒྲར་གེ་སྒྲར་ཀ་བྱུང་། །ག་མ་རྒྱ་མཆོའི་ནང་དུ་བསྒྲུབ། །  
 ཞག་གསུམ་དྲོས་བཞིའི་ནང་བར་དེར། །ཁུང་བྱེད་མེར་བ་འབྲུག་སྒྲུམ་སྤྱིད། །  
 དཀར་ཐོག་སྒྲུག་ཐོག་གཉིས་འདོམ་ན། །བྱ་བྱུ་དཀར་པོའི་སེམྱ་  
 ཟེར། །གཉན་ནད་འཛིམ་ས་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །འཛིན་པ་ལག་རིང་སེམྱ་  
 ཟེར། །སྤྱི་ཆེན་ཁག་ཐོན་བྱེད་ན་བཟང་། །དེ་བཞིན་དཀར་དམར་འདོམ་པའང་  
 བཟང་། །དཀར་ནག་འདོམ་པ་འབྲིང་ཅམ་སྤྱི། །དཀར་ཐོག་སྒྲིལ་བརྒྱལ་འདོམ་  
 པ་ན། །སེམྱ་དཀར་མོ་གྱི་འཛིན་ཡིན། །ཉིན་སྤྱི་བསྒྲེལ་པའི་སེམྱ་ཡིན། །  
 དག་ཟུན་མདུན་ཁ་བསྒྲིག་ན་བཟང་། །དེ་བཞིན་སྒྲུག་ཐོག་འདོམ་གསུམ་དང་།

དམར་ཐོག་འདོམ་གཉིས་ནག་ཐོག་གཅིག་ ༼བྱོད་ལུང་གཉིས་བརྒྱག་ནམ་གངས་  
 བཅུར། ༼སྒྱི་མིང་དཔའ་པོ་སྒྲུབ་གཉིས་ཟེར། ༼དེ་ནང་དམར་ནག་གཉིས་འདོམ་  
 ན། ༼སེན་མོ་དུག་གཅོད་སེ་སྟོད་ཟེར། ༼དུག་མིས་དུག་གཡོས་བྱེད་པ་དང་།  
 ༼དུག་གི་ཆག་ཚད་ལྟ་ན་བཟང་། ༼ནག་ཐོག་སྒྲོ་བརྒྱག་གཉིས་འདོམ་ན། ༼སེ་  
 སྟོད་སེན་མོ་ཀྱ་ཀྱའམ། ༼ཀྱ་ཀྱ་ནག་པོའི་སེ་སྟོད་ཟེར། ༼བཅོན་དུག་སྒྲུབ་སྟེ་  
 བྱེད་ན་བཟང་། ༼སྒྲགས་པས་མཐུན་གསུལ་ན་བཟང་། ༼དེ་བཞིན་ལྟག་མ་  
 རྒྱུ་སྒྲི་ཡང་། ༼སོ་སེའི་བཤད་པ་མ་མཐོང་ཡང་། ༼བཟང་ངན་རིགས་པས་  
 ཤེས་པར་བྱ། ༼སེ་སྟོད་གསུམ་བརྒྱག་མི་འདྲ་བཅུ། ༼སྒྱི་མིང་ལིང་ང་ལིང་རྒྱང་  
 ཟེར། ༼དེ་ནང་དང་པོ་གསུམ་བརྒྱག་པ། ༼དཀར་ལ་ཡང་ཐོག་མགོན་བྱ་བརྒྱག།  
 ༼དཀར་ཐོག་སྒྲུག་ཐོག་རྩི་པོ་བརྒྱག་གྲང་ཟེར། ༼སེ་སྟོད་སེ་སྟོད་མ་ཟེར་དང་།  
 ༼སེ་སྟོད་ལ་མི་ཡི་གཤུང་དུང་ཡོད། ༼ཅི་ལ་བཏབ་གྲང་བཟང་བ་ཡིན། ༼བཞི་  
 བརྒྱག་དེ་ལ་ལྟ་ཡོད་པའི། ༼སྒྱི་མིང་ལང་ང་ལིང་འབྲིང་ཟེར། ༼དེ་ནང་སྒྲོ་མ་  
 གཏོགས་པར་བརྒྱག ༼སྤར་འཕེན་ཁོང་སེང་གཤུ་རལ་ཅན། ༼ང་ལ་སེ་སྟོད་  
 མ་ཟེར་ཅིག ༼སེ་སྟོད་བྱས་ན་སྒྲིབ་པ་འོང་། ༼ཁྱི་བ་ཀྱི་ཀེའུ་ལུང་ཡོན་མོ་ན། ༼  
 ༼ཁབ་ཆེན་སྤར་བཟུང་བྱེད་མི་ཡིན། ༼གོགས་ངོ་བསྐྱ་བ་མེད་པ་ཡིན། ༼དེ་  
 བཞིན་གཞན་བཞིའི་བཟང་ངན་དབྱེད། ༼ལྟ་ཁ་ཚད་བར་བརྒྱག་པ་ན། ༼བྱོད་  
 ལུང་ལིང་ང་ལིང་ཆེན་ཟེར། ༼བཟང་དུག་སྐབ་པར་གིན་ཏུ་དཀའ། ༼རང་སར་  
 བབ་ན་གིན་ཏུ་བཟང་། ༼བྱི་སར་བབ་ཏུ་མི་རུང་ངོ་། ༼བྱོད་ལུང་བརྒྱག་བཟང་

རིགས་རྣམས་ནི། ལྷགས་ནག་པོ་བཟུས་པའི་ཁྱ་བ་ལ། དཀར་པོ་དཔུལ་  
 གྱི་མེདྲག་ཐོན། ལྷ་ཁང་མགོ་ལ་གསེར་འབྲུ་བཅུགས། སངས་རྒྱས་བརྟན་  
 པ་ཐེང་གསུམ་དར། སྤྱང་པོས་རྒྱལ་ས་ལན་གསུམ་བྱང། ཁྱང་པོའི་མི་སྒྲུབ་  
 ཐང་གསུམ་འཕེལ། དཔའ་ཐོབ་ཇག་ཡག་ནོར་འཕེལ་ཡིན། སྤྱིར་སེཾྟོད་  
 རིགས་ཀྱི་གོལ་ལུག་ལ། སྟོན་དུས་ཡེ་ངམ་འབྲུགས་པའི་ཆོ། ངམ་གྱི་ཁྱི་  
 ཉག་ལྷགས་མགོ་དར། ཡེ་ཡི་དུང་རྩ་འབྲུགས་པ་ལས། ཡེ་རྗེས་ངམ་ཁྱི་  
 བསང་པའི་ཕྱིར། མཐོན་པོའི་གཡང་ནས་བབ་དོ་སྤྱིལ། ཁྱི་ནག་མ་སོད་  
 དུང་རྩ་བསང། ཡེ་སྟོན་དུང་རྩ་འོ་ལ་འཇུས་ཏེ་ཏུས། དུང་རྩ་འོ་ནང་དཔུགས་  
 མ་ཆད་གོང། དཔུགས་ཡོད་སེཾྟོད་བཅུ་གསུམ་སྤྱིད། རོ་དེ་ལན་གཅིག་  
 གྱེན་དུ་ཁྱེར། སྤྱིལ་དཀར་གྱེན་འདུག་བཅུ་གསུམ་བྱུང། དེ་ལས་དཀར་ཁམས་  
 སེཾྟོད་ཆད། དུང་རྩ་འོ་ཁ་དཔུགས་ཐལ་པའི་ཆོ། དཔུགས་མེད་སེཾྟོད་བཅུ་  
 གསུམ་སྤྱིད། དུང་རྩ་འོ་མཆོལ་ཁག་དམར་པོ་ལ། ཁག་ཡོད་སེཾྟོད་བཅུ་  
 གསུམ་སྤྱིད། དེ་ལ་དམར་ཐོག་སེཾྟོད་བྱུང། དུང་རྩ་འོ་ཁྱ་མེར་སྒྱུ་པོ་ལ། །  
 ཁག་མེད་སེཾྟོད་བཅུ་གསུམ་བྱུང། དུང་རྩ་འོ་གསུམ་སྟོ་མ་ཐོས་གོང། སྟོ་ཁོལ་  
 སེཾྟོད་བཅུ་གསུམ་བྱུང། དུང་རྩ་འོ་གསུམ་སྟོ་ཐོའི་ཆོ། སེཾྟོད་ངན་རིགས་  
 བཅུ་གསུམ་བྱུང། སྟོ་བརྒྱག་སེཾྟོད་དེ་ལས་ཆད། སྟོན་པའི་དུང་རྩ་འོ་རོ་  
 དེ་ཉིད། ལན་གཅིག་ཐུར་དུ་བྱུང་བ་ལས། སྤྱིལ་ནག་ཐུར་རྒྱག་བཅུ་གསུམ་  
 སྤྱིད། ངམ་ཁམས་སེཾྟོད་བཅུ་གསུམ་བྱུང། གཤུང་སྤྱར་འཕྲེད་དུ་བྱུང་བ་



ལས། སྒྲེལ་སྒྲོན་འབྲེད་འདུག་བརྩུག་སུམ་སྤྱིད། རྒྱུག་ཐོག་སེ་སྟོད་དེ་ལས་  
 ཆད། སེ་སྟོད་བརྒྱད་ཅུ་ཅ་བཞི་དང་། སྒྲོ་བརྒྱུག་དུག་ཅུ་ཅ་བཞི་ཡོད། །  
 ཅ་བ་དཀར་ནག་ཁ་ཁ་སུམ་ཡིན། ཁྱོད་སུར་དཀར་ཐོག་གཡུང་དུང་དང་། །  
 སད་གྱི་ལ་སྤང་དཀར་ཐོག་དང་། སྒྲུམ་གྱི་ར་ཟེ་དཀར་ཐོག་གསུམ། དཀར་  
 ཐོག་ཆེ་འབྲིང་ཆུང་གསུམ་ཡིན། སེ་སྟོད་དཀར་ཐོག་སྒྲུབ་གསུམ་དེ། མི་  
 ཡི་གཡུང་དུང་མདོག་བཟང་ཡིན། རྒྱུག་ས་གྱི་གསེར་ཅི་འཕེལ་ཁ་ཡིན། །  
 རྟེན་ཆོལ་དགོར་ལྷ་དམག་ལ་བཟང་། སེ་སྟོད་སྒྲུག་ཐོག་སྒྲུབ་གསུམ་དེ། །  
 ཁ་མགོན་ཐོག་ས་གྱི་སྒྲུང་ས་རི་ཡིན། སེ་སྟོད་དམར་ཐོག་སྒྲུབ་གསུམ་པོ། །  
 དམར་མོ་ཁྲག་གི་ཁ་སྒྲུལ་ཡིན། བ་ཆང་ཁེ་བསྐྱེད་མོ་ལ་བཟང་། རྩོན་པ་ཁྱི་  
 ཁྱིད་མོ་ལ་བཟང་། སེ་སྟོད་ནག་ཐོག་རིག་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཅི། སྒྲོན་པའི་ཡིང་གི་  
 གོར་ཡིན། བ་ལེན་བ་འབྲུག་མོ་ལ་བཟང་། སེ་སྟོད་སྒྲོ་བརྒྱུག་སྒྲུབ་གསུམ་  
 པོ། དཔེ་རན་དུག་གི་མཆོམ་ཡིན། རྒྱག་ས་པས་དམོད་རན་ཁྱེད་ན་བཟང་།  
 སེ་སྟོད་ཁོག་བརྒྱུག་སྒྲུབ་གསུམ་པོ། ཁད་པ་ཡུན་རིང་མོ་ལ་བཟང་། སེ་  
 སྟོད་དམར་ནག་བཤད་པ་ཡང་། སྒྲོ་བརྒྱུག་སྒྲུབ་ས་དང་འདྲ་བར་དབྱེད། །  
 ལར་སེ་སྟོད་ཁྲག་མཆོད་མར་པོ་ཡིན། སེ་སྟོད་ཁྱོད་སྒྲུག་ཁ་དམར་ཡིན། སེ་  
 སྟོད་དུག་གི་རུམ་ཡིན། སེ་སྟོད་རན་རིག་ས་དེ་ལྟར་ཡིན། དེ་ལ་དེ་ཡི་ཁ་  
 གཞོན་དགོས། ཁད་པའི་ཁྲག་གི་རྩེ་ཡིན། སེ་སྟོད་ལན་གྱི་དབྱེད་པ་ལ། །  
 སེ་སྟོད་ལན་རུ་དིང་དིང་ན། ཁྲག་མཆོད་བདུད་ཅིར་འབྱེལ་བ་ཡིན། སྒྲིན་

དེང་ས་བདག་འབྲུག་ས་ནད་ལྟེ། གཤམ་བར་གྱི་འི་བོ་མར་དུ་གྱུར། བྱ་  
 ཡུན་ཉི་མ་ས་ནས་ཐོན་ཏེ་བཟང་། བྱ་བུར་མུན་པ་དང་ནས་ལྷ་བགས་ལ། ལྷ་  
 ས་མཚོ་ལ་སྐར་མ་གཤེད་བཟང་། ལམ་ཚོ་བྲག་དམར་མདུང་དར་ཚྭ་གས། རྩོ་  
 ཚོ་ཚོ་བྲག་མཚོ་གིང་ལོ་འབྲུངས། དམུ་དག་དམེ་ཡི་ལག་པ་ལ། རྩོན་པའི་  
 ལྷ་མདའ་འཕྲད་དེ་བཟང་། རྩེད་དཀར་དམེ་ལམ་རྩོན་པས་བཅད་དེ་བཟང་། ཚོ་  
 མེ་ཚོ་བྲག་མཚོ་མར་བྱུང་འབྲུང་། བྱུང་བརྒྱུད་གྱི་གིང་བྱུང་གིས་བཅད། ལ་  
 བད་པ་བོད་ལྷགས་ལ་བདུད་ཅི་འཕྲོ། རང་སྒྲན་མིང་གི་མཚོ་མོ་རྒྱས། རྒྱ་  
 རྒྱུད་གྱི་ཡི་མྱེ་གིང་འབྲུག་གིས་བཅད། བྱོད་བྱུང་བཤའ་ལྷག་བཤས་གདན་  
 རྩེད་ནས་ཐར། གཞོད་ཅན་གྱོད་ལས་ཐར་རོ་ཡིན། དཀར་ཐོག་གཡུ་དུང་  
 མགོ་ལ་རྒྱག་འབྲུ་ལྟེ། རྒྱ་མ་གསོས་བས་མི་རྒྱུད་གྲོ་ལ། དམར་ཐོག་ནག་  
 ཐོག་རྩོ་བརྒྱག་གི། ལན་དུ་རང་རང་བབ་པ་ན། དམར་ཐོག་གྱོད་ཐར་ཐོགས་  
 རྒྱ་བཤད། ཤེ་བཙོན་དོད་ནས་ཐར་བ་ཡིན། རྩི་བྱུར་ནོར་བྱུ་རང་གིས་ཐོབ། ཀླ་  
 ཀླར་གདས་དཀྱིས་རྒྱུད་ཐོར་ཐོབ། རྩི་བྱུར་བརྒྱག་བཟང་གི་གིང་མཚོན་  
 གྱིས་བཅད། ཡར་ལྗོང་གི་ཡི་མྱེ་གིང་དེ། ལྷ་མགོན་རྩོ་བས་གྱིས་བཅད་པ་  
 ཡིན། ལྷ་མ་ཉམ་རི་རྒྱུང་རྒྱག་ལ་ཆས། བྲག་བཟང་འོ་མར་གྱུར་པས་བཟང་། ཅེ་  
 ཅེ་གི་གིང་རལ་གྱིས་བཅད། མགོ་བདུམ་ངམ་གྱི་གདུག་པ་ལང་། གཡུང་  
 དུང་བྲག་མཚོ་རྩ་ཡིས་སྐམ། གྲེ་བ་ངམ་ལུལ་རྩ་མདའ་ལྷག། དེ་རོག་དུག་  
 མཚོ་རྩན་རྒྱངས་འབྲུར། དམུ་དབལ་དམེ་ལག་འཁོར་ལོས་བཅད། ལྷུ་མ་

རིགས་གི་ཡི་དཔལ་ཚུ་ཁོ་ལ། །སྒྲེས་སྒྲི་ཐ་སྒྲུམ་སྒྲུག་གི་མཆི་མ་ཡིན། །བྱ་  
 རལ་ཁྲག་མཆོ་རལ་བ་ཡིན། །ནལ་རོ་བྱི་ཡིས་ཐོས་བ་ཡིན། །ལི་ཡན་ཁྲག་  
 མཆོ་རྒྱུད་གིས་བསྐྱོད། །ཤག་ལེ་གི་རོ་སྒྲོག་གིས་བསྐྱམ། །མར་ལྗིང་གི་ཡི་  
 རྒྱུད་བུ་ཚུ་གས། །པ་རྒྱས་བུ་ཤི་རི་བཏབ་ངན། །མ་ཡར་བུ་ཡར་འདུན་བཟང་། །  
 རྩོ་བར་གྱོད་གྱི་གཞི་མ་བཏིང་། །སོ་ཡོན་དུར་བྱ་རོ་ལ་འཇུམ། །བུ་སོད་བདུང་  
 གྱི་སེར་བས་ཐོག་བཤལ་ཡིན། །མ་ཟེ་བཅན་གྱི་སེར་བ་དང་། །ན་འབེན་  
 གཉན་གྱི་སེར་བས་ཐོག་བཤལ་ཡིན། །ཏྲིང་རིགས་ནད་གྱི་བང་མཛོད་ཡིན། །  
 བག་རིགས་མི་ཡི་དུར་སོ་ཡིན། །སངས་རིགས་སེ་སྟོད་གྱོད་ཐར་ཡིན། །  
 རྩོ་བརྒྱག་ཏུ་ཡི་ལག་དོང་ཡིན། །བུ་བརྒྱག་བཟང་རིགས་གང་བྱུང་ཡང་། །སེ་  
 རྩོད་ཅ་དཀར་ཚུ་མིག་དེ། །བུ་སོད་ཁ་ལེ་དཀར་པོ་ན། །འབྲུ་ཡི་མི་དར་ཚུ་  
 འབྲུབ་སོགས། །སོ་སེའི་རིགས་ལ་སྐྱུར་ཤེས་བྱ། །~~མུར་~~ བྱོད་སྐྱུར་སྐྱུག་  
 གྱུར་བརྒྱག་བྱུང་ན། །ནེ་ཆ་དཀར་པོ་ལྷ་ཡི་བརྒྱག་ །གཞི་སྐྱུར་བབ་ན་གྱི་རོ་  
 ཡིན། །དག་སྐྱུར་བཅན་སར་བབ་ན་གཅེས། །~~མུར་~~ ཐིག་གཉིས་དེ་ས་  
 ལ་ཡར། །ཐིག་སྐྱུར་ཁྲ་ཆིག་རྒྱག་ཡིན། །ཁ་རྒྱོད་ཡོངས་གྱི་གོ་ལ་ཐུག་ཡིན། །  
 བདེ་བྱ་ཁ་རྒྱོར་བ་ཡིན། །མ་དེ་བྱུང་དཀར་མོ་ཡིན། །སུ་ཁོ་རང་གི་བྱུང་ངར་  
 མ་ཡིན། །གི་དང་སྐྱུར་སུའི་སྒྲ་མདུད་ཡིན། །གཉན་གཟིགས་བ་སྐྱུན་ལྗོངས་  
 རིང་ལ་བབས། །མ་སང་གཉན་གྱི་འགྱོད་ཁ་ཡིན། །མ་སང་གཉན་ལ་ཁ་  
 གསུམ་ཡོད། །ཆེ་བ་དུང་ཁ་རྒྱོར་བ་ཡིན། །འབྲིང་བ་ཡེ་ཆོ་རྒྱུབ་དམར་ཡིན། །

ཅུང་བ་བན་སྒྲན་ཨོག་རྒྱ་ཡིན། །ཡང་དག་ཟླ་བ་སྒྲོན་པོ་འདི། །སྒྲུ་ཞིབ་  
 བཟང་སྒྲེའི་ཁས་དྲག་ཡིན། །དཔའ་བོ་ནམས་ཀྱི་ཚོ་མཆོན་ཡིན། །མདོ་ཐུག་  
 ཏྲ་ཡི་གཡུང་དྲུང་ཡིན། །དག་སྒྲེའི་དྲུང་ཁབ་དཀར་མོ་ཡིན། །ཐེར་མའི་སྒྲུལ་  
 ཤ་ལེན་མི་ཡིན། །མི་སྤྱི་ལོ་ཆེན་མཁར་སྤྱི་ཡིན། །སྒྲོང་དུ་བབ་ན་ཐེ་བ་ཡིན། །  
 ལན་དུ་སང་ཁམས་དྲུང་ས་མ་ན། །ཐེ་བ་འདབ་གཤོག་རྩོགས་པ་ཡིན། །  
 བར་དུ་བབ་ན་དྲུང་ཁ་ཡིན། །ལན་དུ་ཆོལ་ཆེ་གང་བབས་ཀྱང་། །དྲུང་ཁ་  
 གཟན་དང་ཐུང་བ་ཡིན། །སྒྲོང་དུ་བབས་ན་ཁོད་སྒྲུག་ཡིན། །ལན་དུ་བྱ་སོད་  
 རིགས་བབས་ན། །ཁོད་སྒྲུག་གཟན་དང་འཐུང་བ་ཡིན། །ཟླ་བ་དྲུང་ཁ་  
 དཔའ་བོ་དེ། །ཁྲ་ཆང་གོང་མར་བབ་ན་གཅིས། །ཁྲ་གཤོག་དྲུག་རྒྱས་ནས་  
 འཐུར་འཐུར་ཡིན། །**མཆོད་** དེ་ཡི་མཁར་ཆེར་བརྒྱག་སོང་ན། །ཟླ་བ་  
 ཤངས་ཆེ་དུདཀར་ཡིན། །ལ་ལས་སུ་སྒྲོན་ཟང་ཟང་ཟེར། །གོང་དཀར་གཡུང་  
 དྲུང་ཟླ་བ་ཡིན། །ཁོ་སྒྲེའི་དྲུང་ཁ་དཀར་པོ་ཡིན། །དག་ལ་ནམ་པའི་ཤ་ལེན་  
 ཡིན། །འདི་ལ་ཁང་ཆོང་ཐུག་པ་ཡིས། །ཁས་གོང་མ་ཤེས་དུན་དུན་ཆེ། །  
 བར་བས་རྩང་མཁར་གཡུ་བྲག་བརྒྱག། །སྒོ་བས་སྒྲུང་གསལ་མིག་དམར་  
 སྒོག་འོད་ཡིན། །གཤེན་གྱིས་ཅར་སྒྲར་ཆེན་བརྒྱག། །ཁྱོད་སྤྱར་དཔའ་སྤར་  
 མཛོང་གསུམ་པོ། །དཔའ་སེམས་མདུད་པ་འདི་ལ་འཁོར། །གཡུང་དྲུང་བྱ་  
 རྒྱང་དཀར་པོ་ཡིན། །ཁོ་སྒྲེའི་དྲུང་ཁ་འཐུར་རྒྱེན་ཡིན། །སྤྲོ་སྤྲོ་པ་ཡི་དཔའ་  
 མདུང་ཡིན། །བཟང་པོའི་ནང་གི་ཁས་དྲག་ཡིན། །བརྒྱད་དང་བཅུ་གཅིག་

གར་བབ་ཀྱང་། །དག་སྒྲུང་ཁྱེད་ཀྱང་པོ་དེ། །དྲུང་རིའི་ཁ་ནས་ཁྱ་སྒྲུང་  
འཛོམ་། །ཁྱ་སྒྲུང་ནམ་མཁའ་འཛོམ་ཅན་། །སོལ་བྱ་རྒྱུ་མིའི་གྲུང་པ་འགེམ། །  
དམག་རྒྱལ་གཉིས་ལ་སྟོད་དུ་གཅིས། །དེ་ལོ་བརྒྱལ་ན་དབུ་མ་སྟག་ཅེ་ལམ།  
ལ་ལས་ཤང་ཅེ་རུ་སྟག་ཟེར། །དག་སྒྲུང་མཛོང་ཁྱ་སྟག་པོ་ཡིན། །ཤ་ལ་དགའ་  
བའི་དག་སྒྲུང་ཡིན། །ཁྱག་ལ་གདུང་བའི་ཁྱ་སྟོད་ཡིན། །མཛོང་ཁྱ་ཕྱགས་  
གྱི་མཆུ་སྟེར་ཅན། །འཕྱར་ནི་བར་སྤང་ཁམས་ལ་འཕྱར། །ཁྱང་ནི་བྲག་དམར་  
ལོགས་ལ་བཅས། །གསོལ་ནི་ཤ་སྟོད་ཁྱག་སྟོད་གསོལ། །བཙམ་ནི་རམ་  
གྱི་རྫོང་ཡན་བཙམ། །འདུལ་ནི་རམ་གྱི་སོལ་ཁྱ་འདུལ། །འདི་དབང་ཐུས་  
ནང་གི་ངར་མ་ཡིན། །བབ་ས་བརྩ་གཅིག་བརྩ་གསུམ་གཅིས། །དག་ཐུབ་  
བསམ་པ་འབྱུང་བ་ཡིན། །བ་ཁོག་གསུམ་བབ་མི་ནོར་འབེལ། །ཁྱི་སར་  
དག་ཁྱོང་འཛིགས་ངོ་ཡིན། །གསུམ་བདེ་ལ་བརྒྱལ་སོང་ན། །དབང་པོ་སྟོག་  
དམར་ཁྱི་ཐུར་ཟེར། །ཕྱགས་ཁྱ་ཟངས་གྱི་མཆུ་སྟེར་ཅན། །གནས་ནི་བྲག་  
དམར་ལོགས་ལ་གནས། །ཁྱང་ནི་དབང་བསམ་གྱིང་ལ་བཅའ། །གསོལ་  
ནི་ཤ་དང་ཁྱག་སྟེམས་གསོལ། །འདུལ་ནི་རམ་སྟོན་མིག་དམར་འདུལ། །  
དབང་ཐུས་ནང་གི་ཡང་ཅེ་ཡིན། །དག་ལ་སྟོལ་ན་སྟོད་དུ་གཅིས། །ལན་  
དུ་རུ་སྟོད་བབ་པ་ན། །ཁ་སྟུ་ཁྱོང་དུ་བརྒྱལ་བ་ཡིན། །དབང་པོ་སྤར་མ་རེད་  
པ་ཡིན། །སྤར་མ་གཅིག་གི་མོ་ལ་ངན། །སྟོམ་ར་དག་སྒྲུང་ཁྱི་སྟགས་བརྟན་བྱ། །  
ཁྱི་ཐུར་སྟོལ་བརྒྱལ་བཅས་ན། །ཁྱི་ཐུར་ཆུ་གྱི་མི་སྟག་ཡིན། །ཁྱི་ཐུར་ནང་

གི་སེ་སྟོང་ཡིན། །རང་སའི་བཅན་ས་གར་བབ་ཀྱང་། །ཟུན་གྱི་དཔའ་གི་  
 རྩོ་ཆག་ཡིན། །ཁྱི་ས་བཞི་པོ་གར་བབ་ཀྱང་། །དག་ཡིད་དཔའ་གི་རྩོ་ཆག་  
 ཡིན། །ཁྲ་ཡ་ཆེ་བྲག་ལས་ལྷུང་ངོ་ཡིན། །གྲི་ཡིས་ཁྲག་གཟེར་འཕྱོར་བ་ཡིན། །  
 ཡ་མ་ནག་པོ་རྩོ་པར་བཟང་། །ཤར་ཅེ་སྟག་ཅེ་གཉིས་བརྒྱག་ན། །ཁྱི་བུར་  
 གེ་རུ་ཤབ་ཤིབ་ཟེར། །རྒྱ་སྟག་ཁྲ་མོ་བྱ་རོག་བརྒྱག་ །རང་སའི་བཅན་ས་གར་  
 བ་གཅིས། །ཤར་ས་ཅེ་སྟོག་དམར་གཉིས་བརྒྱག་ན། །ཁྱི་བུར་ཁྲ་ཆེན་གཤོག་  
 རྒྱས་ཟེར། །རང་སའི་བཅན་ས་གར་བབ་ཀྱང་། །འཐབ་བས་ཐུབ་པའི་དཔའ་  
 པོ་ཡིན། །གར་བརྒྱབ་ཆོད་པའི་རྩོ་མཚོན་ཡིན། །དཔའ་པོ་གསུམ་གྱི་བུ་སྟོང་  
 བས། །མཁུགས་པ་གསུམ་གྱི་རྟ་ཐོབ་བུས། །སྟག་ཅེ་སྟོག་དམར་གཉིས་  
 འདོམ་ན། །ཁྱི་བུར་སྟུ་ཁ་ཞེས་སྟུ་བྱ། །ཁྲ་ཆོད་གལ་དད་ངོ་ཡིན། །སྟག་ཅེ་  
 སྟོ་བརྒྱག་གཉིས་འདོམ་ན། །ཁྱི་བུར་དམར་ཁ་ཞེས་སྟུ་འདོད། །མཚོང་ཁ་  
 ཁྲག་ལ་རམ་པ་ཡིན། །སྟོག་དམར་སྟོ་བརྒྱག་གཉིས་འདོམ་ན། །ཁྱི་བུར་ནག་  
 ཁ་ཞེས་སྟུ་འདོད། །སོ་ལ་བྱ་རུས་ལ་དགའ་བ་ཡིན། །ཤར་ས་ཅེ་སྟོ་བརྒྱག་གཉིས་  
 འདོམ་ན། །ཁྱི་བུར་རམ་པ་ག་ཟེན་ཡིན། །དུན་དུག་བཅེགས་པའི་བརྒྱག་  
 ཅིས་བྱ། །སྟོན་སྟེང་དགུང་མཁན་བླ་དེ་ཡིན། །སྟོ་ལ་བརྒྱག་གཅིག་བཅས་  
 པ་དེ། །ཐམས་པའི་སྟངས་རྟན་པ་ཡིན། །ཐུག་ན་བརྒྱག་གཅིག་བཅས་པ་དེ། །  
 རྩུ་འཕྱུལ་སྟོང་དང་ལྷན་པ་ཡིན། །ཤར་སྟོགས་རོང་ཁུར་ཆུ་འགམ་དུ། །དག་  
 ངོ་ཡིན་པས་དག་ཐུབ་བྱ། །དང་པོ་གསུམ་ག་བརྒྱག་སྟུར་ན། །ཁྲ་ཆེན་གཤམ་

ལྷགས་ངར་མ་བརྒྱལ། གནམ་ལྷགས་དཔལ་གྱི་ཁྲ་ཤོད་ཡིན། །དན་པ་སེམས་  
ལས་འབྱུང་བ་ཡིན། །ལྷི་བྱར་ནང་གི་མཚོན་ཆ་ཡིན། །ནམ་མཁའ་གསལ་  
བའི་གྱུར་ཁང་དེར། །དག་ལྷ་ཁྱུང་ལྷིང་དབང་ཆེན་ཡིན། །དམ་སྲི་སྲུན་  
དགྲའི་ཆང་བཤིག་པས། །ཆང་གི་ནང་ནས་གནངས་གསུམ་སྟོབ། །གནམ་  
ལྷགས་དཔལ་གྱི་རལ་གྱི་དང་། །དྲུག་ཐབ་དཀར་པོ་འོད་འབར་གཉིས། །  
རྒྱ་བྱ་ཟེ་དཀར་མགོ་པོ་གསུམ། །གནངས་ཁྱད་འཕགས་དེ་གསུམ་སྟོབ་པོ་  
ཡིན། །བབ་ས་བརྒྱ་གཅིག་བརྒྱ་གསུམ་བཟང་། །བརྒྱ་གཉིས་མེད་ཁམས་  
སོ་བྲག་བཟང་། །བཞི་ཁ་བརྒྱལ་པར་གྱུར་བ་ན། །ཁྲ་ཡང་ཆེན་ཁྱེ་འབྲུལ་  
གཤོག་རྒྱས་བརྒྱལ། །རང་སའི་བཅན་ས་གར་བབ་བཟང་། །སྲི་སར་ཤོར་  
དྲུག་ལ་རུང་། །ཁོག་བརྒྱལ་དང་ནི་ནི་ཆ་སོགས། །སྲི་ལྷར་བཤད་ཅིང་ཁ་  
དམར་གདགས། །**ཐུང་ཐུང་** ལྷི་བྱར་སྲུག་གཉིས་ཀ་བརྒྱལ། །ཁེ་ཙོ་ཁྱུང་གཤོག་  
ལྷི་བྱར་ཡིན། །ལྷ་རྩེ་སྲིད་རྩེ་རྒྱལ་མོ་གཉིས། །དུས་གཅིག་གདན་ལ་ཕྱོན་  
བ་ཡིན། །དཔལ་པོན་ར་ལྷགས་སྒྱ་སྒོག་བརྟན། །པོན་པོའི་མོ་ལ་བུ་ཆ་སྒྱེ། །  
སྒྱེས་པར་དམག་མི་ཆང་བ་ཡིན། །སྲིད་དང་གཉེན་ཕྱར་བུ་སྒྱེ་ཡང་། །བཟང་  
དག་ཐུབ་དཀའ་དག་ཤོད་འོང་། །ཤང་རྩེ་ལ་སོགས་བརྒྱལ་བཟང་རིགས། །  
བགྱིས་དང་འདོམ་ན་ཆེས་བཟང་བས། །མོ་སྒྱ་ཁྱོགས་པར་ཤིན་ཏུ་དཀའ། །  
དེ་འབྲུལ་དར་མཚོན་བལ་མཚོན་བཅུགས། །ལྷ་གསོལ་བཀྲ་ཤིས་ཞལ་བསྟོ་  
བྱ། །མའུ་པ་རྟ་དང་གཡུ་ཡིས་བཀྲོལ། །བཀྲ་ཤིས་ཡག་ག་བརྟོན་དགོས་

སོ། །ཆུ་གྲིའི་ཕུ་གྲུར་ནི་ཆ་སོང་། །དག་གཞི་དུར་གསུམ་ཀུན་ལ་ངན། །  
 རྒྱུད་པར་ཆུ་གྲིར་འཆི་བའི་ངོ་། །མདུད་པ་གཡུ་ཡིས་བགོལ་བྱས་ལ། །རྩ་  
 ཐིག་མཚོ་དང་གང་ལ་བསྐྱལ། །ཁློག་གཏོ་རིམ་གྱོ་བྱ་དགོས་སོ། །གཅིག་གི་  
 རྩེད་དུ་ཞི་བུར་དེ། །ཅི་གཉིས་ཁབ་གྱིས་བཟོ་མི་འགྲུབ། །སྒྲེ་གཉིས་སྒྲོ་ཡིས་  
 དོན་མི་ཐོན། །ཅི་བྱེད་ལད་མོ་བྱེད་ཅམ་ཡིན། །རྒྱུང་ཞབས་ཆེར་མ་ཡིན་པས་  
 ཅན། །མ་ཉིས་ཁ་ཡོག་འོང་ངོ་ཡོད། །ཡང་ན་ཐག་རིང་མགོན་པོ་འོང་། །བྱིམ་  
 ཕུར་རྒྱུང་གཉིས་ས་ལ་བརྟེན་ཀྱང་ཟེར། །ས་མཐའ་བསྐྱོར་ནས་རང་ཡུལ་  
 སྒྲེབ། །ཞེ་འོང་མོ་ལ་དེ་རིང་འོང་། །དེ་བཞིན་བརྩུག་སུམ་བར་དག་ཏུ། །གང་  
 བབ་ཞག་གངས་དེ་ལྟར་དབྱུད། །རྒྱུ་པ་ཆས་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །དཔའ་  
 བྱེད་མཚོན་ཆ་དག་ལ་ཆས། །གཉིས་ལ་རོ་འཛིན་ལག་པ་བརྟེན། །མདུན་  
 དུ་རོ་ཁུར་འོང་ངོ་ཡིན། །ཡང་ན་འགྲུལ་པ་བྲེལ་ཟེར་ངོ་། །བྱ་རོག་རྒྱན་སྒྲུ་  
 དེབ་པ་ཡིན། །ལྟག་པར་ནོར་ནད་མོ་ལ་ངན། །བརྒྱུག་ན་རྒྱུ་པའི་ལྷུ་མ་  
 ཡིན། །ཞི་བུར་ཞོན་པ་ཅན་བྱུང་ན། །རྒྱ་ལམ་རབ་སའི་ཐུག་ཕྱད་ངོ་། །གསུམ་  
 དུར་བྲག་ལ་དུང་ཁ་ཆང་ཡག་ཡིན། །འུ་ཆའི་སྒྲུ་གནས་དར་བ་སྒྲེ། །འུ་ཆ་  
 ཁ་འཇམ་སྒྲེ་ངོ་ཡིན། །བརྒྱུག་ན་རྫོ་མཚོན་དག་ལ་ཕུར། །ཞོན་པ་འུ་ཆ་ནད་  
 པར་ངན། །ཐག་ཤོག་རྩལ་རྒྱས་ནས་འཕུར་བ་ཡིན། །འུ་ཆ་མགོ་གཙང་སྒོག་  
 ཕུར་བཟང་། །ཆུ་སྒྲར་རོ་བསྐྱེད་དོ་དམར་ཡིན། །བཞི་ཁྲུ་སྒྲུང་སྒྲུད་ལ་རྩ་  
 རྒྱས་ཡིན། །སྒྲུ་མོ་ལ་གཡང་རྟེན་བཅུགས་ན་བཟང་། །བརྒྱུག་བཟང་ཁས་



ཞན་བཅོན་པོར་འབྱུང་། །ལྷ་ངམ་བྱའི་གཤོག་པ་སྒྲོན་ལ་བརྟུང་། །དག་དྲག་  
 ཕྱལ་ཅན་གྱིས་གཞུ་མོ་བརྟུང་། །དོན་མེད་ཁ་ཡོག་འོང་དོགས་ཡོད། །བརྒྱག་  
 བཟང་དག་མཆོན་ལུན་ལ་ལུག་ །དུག་འབྲས་དུག་ལོ་ཐོག་སྒྲིན་པ་ཡིན། །  
 མ་ཅིག་སྤྱ་བར་བྱ་དུག་སྒྲི། །ཡུལ་ཁ་གཉིས་སུ་འཛིན་ན་ཐང་། །སྟག་དང་  
 བྱ་རོག་གཞུང་འབྲེལ་ཡིན། །དག་ད་ལྟ་ཡོད་ཀྱང་ད་ལྟ་མེད། །བདུན་སྒྲིས་  
 པའི་ཁ་འཛིན་དག་ལྟས་བྱེད། །པོ་ཁ་ཞན་ཁ་དྲག་རེད་པ་ཡིན། །བརྒྱག་  
 བཟང་ལྷགས་བྲང་མ་ལ་ཆས། །བྱ་དཔའ་རྟ་མགྲོགས་རྒྱལ་ཡག་ཡིན། །བརྒྱད་  
 ཤེལ་བྲག་དྲུང་ཁྲའི་ཆང་ཡག་ཡིན། །ཁྲ་སྒྲད་འཛམ་བུ་གླིང་ལ་སྒྲོགས། །  
 སྒྲོབ་པའི་ལྟ་དགུ་མཉམ་ཆས་ཡིན། །ཐེ་ཆེན་གོང་བ་རྩྱེད་ན་བཟང་། །འགྲིགས་  
 དང་འདུན་མ་གཏམ་ན་བཟང་། །རྒྱལ་པོའི་བུ་ཆེན་གཏམ་དྲག་ཆེ། །སྒྲིས་  
 པའི་ལྟ་དེ་དྲག་རྩལ་ཆེ། །བརྒྱག་བཟང་ལྟ་ཆེན་མི་ཆེན་མགོན། །དགུ་པོན་  
 སྒྲུང་མ་འགོ་བས་མཐུ་རྩལ་ཆེ། །ཡར་བོན་ཡར་མཆོད་བྱེད་ཉིན་བཟང་། །  
 ལྷགས་བྲས་གསོལ་ཟས་སྤང་པ་ཡིན། །པོན་པོ་ནད་པའི་མོ་ལ་ངན། །གལ་  
 ཏ་མགོ་སྒྲེལ་ཆད་པ་ཡིན། །ཁྲ་རྒྱུང་གནས་སར་མནའ་ཟོས་ཐང་། །མི་དར་  
 མར་བཅོན་རྟོད་གཞོད་ནས་འཆི། །རྟ་དམར་ཁུར་ཅན་གྱི་དགུ་ངོ་ཡིན། །  
 པོན་པོས་རབ་བྱུང་བྱེད་ཉིན་བཟང་། །གཤེན་གྱི་བྱ་རུ་བསྐྱུང་པ་ཡིན། །བཅུ་  
 ལ་སྟག་ཆང་སྟག་སྟག་ཆང་། །པ་ཆེན་གྲོས་མགོ་རང་གིས་འདོན། །བ་བཅུན་  
 འཕྲུལ་མོ་བྱ་བ་ལ། །སྒྲིས་དགུ་ལྷམ་དང་བཅུ་རུ་སྒྲིས། །ལྷག་པར་གཉེན་བྱེད་

མོ་ལ་བཟང་། །མ་མཆུན་བཀྲ་དྲུབ་བཏབ་ཉིན་བཟང་། །བཅུ་གཅིག་ཕྱགས་  
ཁ་སྟུན་བདུན་དེ། །མདུང་མོའི་གྲང་དུ་འཁོར་བ་ལ། །ལྷ་མི་ལག་བ་སྟེལ་བ་  
ཡིན། །ཁ་སྟུག་བཀ་སྟོད་ཟེན་བ་ཡིན། །མི་སྟོག་ལྷ་ཡིས་བཟུང་བས་བཟང་། །  
བརྒྱག་ན་ཀན་སྟབ་ཕྱགས་ཁ་དེའི། །དག་ཁམས་ཆམ་ལ་པབ་བ་ཡིན། །སྟ་  
མི་འཕྱར་གངས་ཀྱི་ལྷེ་བ་ལ། །མེད་དཀར་མོ་གཡུ་རལ་བསྐགས་བ་ཡིན། །  
པ་མཆུན་དག་སྒྲར་བསྟོད་པའི་རྩིའུ་ཡིན། །བཅུ་གཉིས་རམ་རྩེའི་སྒྲ་གནས་  
དར། །བྱང་རི་རྩ་འཐབ་པའི་སྟག་སོ་ནས། །དག་རག་བ་སྟུ་རྒྱག་བྱེད་རོ་  
ཡིན། །མདུན་དང་རོ་སྟར་རོ་ཡང་ཡིན། །བརྒྱག་ན་སྟོན་པའི་དུང་ཁྱུང་དེས། །  
རམ་གྱི་བྱ་ནག་དབང་བསྟུས་ནས། །ན་ར་བྱི་ཐོད་མཁར་ནང་བཅུག་ །བྱི་  
ཡི་བྱ་རྟེན་གཡང་རྟེན་དེ། །རམ་གྱི་ཡུལ་དུ་ཤོར་བ་ཡིན། །རང་མི་བཙོན་དུ་  
འཆོར་བ་དང་། །ཁྱོ་མཆོན་འོག་རྟ་དག་ལ་འཆོར། །རྩ་བོས་ལྷེབ་གིས་སྟ་བོ་  
གསོད། །བཅུ་གཉིས་ལྷི་སྟར་ཞོན་བ་ན། །ཁྱིམ་ལ་བྱ་ཐན་བབ་བ་ཡིན། །  
སྒར་མ་བྱུང་ན་ཁྱིས་ནས་འོང་། །གཏོ་ལ་གཡག་རུ་དག་ཆོས་བྱ། །བཅུ་གསུམ་  
གྲང་ལ་ར་བཅུ་རྒྱས། །སྟུ་ཁས་དགུང་མཐོང་བྱེད་བ་ཡིན། །ཤ་བ་བརྒྱད་པ་  
སྟང་འཇུལ་གྱང་། །གྲང་གྱི་བརྟུང་རུ་མི་སོག་བཟང་། །བརྒྱག་བཟང་དབག་  
བསམ་གིང་ཅེ་ནས། །སྟོན་པའི་དུང་ཁྱུང་དཀར་པོ་དེས། །སྟ་ཡ་མཆོན་  
ཕྱགས་གྱི་བྱ་ཁ་ལ། །རམ་བདུད་འདུལ་བའི་དབང་ཡང་བསྟུར། །ཡ་མཆོན་  
ཕྱགས་གྱི་བྱ་ཁ་དེ། །ཀྲུ་ལ་དགའ་ཞིང་བསོ་ལ་དགེས། །དེས་ཡེ་རམ་གཉིས་

གྱི་སོ་མཚམས་སུ། སྒྲོན་པའི་དཔའ་མདུང་ཅེ་ལ་ལྗིང་། གཤོག་པ་འབྲུལ་  
 ལ་དག་བླ་རེ། བྱ་རིགས་འབྲུལ་གྱི་གཡུལ་ངོ་སྒྲོག། ཀླར་སྤར་དུང་སེང་བབ་  
 བ་ན། དུང་སེང་གངས་འགྱིངས་མི་ནོར་འཕེལ། བརྒྱག་ངན་ལྗིང་ལུར་  
 ངན་སྡེ་ན། ངམ་བྱ་སྒྲོན་མཁར་ཅེ་ལ་བབས། མཁོན་དང་གི་ཆད་སྒྲབ་  
 འདྲེ་ཡིན། ། གཞུང་ལ་གཅིག་པ་སྒྲོན་གཉིས་ལྟུང་བ། ཀླར་སྤར་  
 ལྗིང་ལུར་ཞེས་པ་ཡིན། དུང་སེང་དཀར་མོའི་བླ་མདུང་ཡིན། ཡེ་གཤེན་  
 དབང་རྫོགས་རིང་ལ་བབ། ལ་དེ་རྗེ་ངར་གསས་གསས་ཡིན། མ་དེ་ཡེ་  
 ལུམ་རྒྱལ་མོ་ཡིན། བྱ་ནི་ཡེ་གཤེན་དབང་རྫོགས་ཡིན། མིད་པ་ཀྱན་ལ་  
 དབང་ཡང་བརྒྱར། ངམ་བདུད་འདུལ་བའི་དབང་ཐོབ་བ། རེ་ཕྱིར་ཡེ་  
 གཤེན་དབང་རྫོགས་ཡིན། ཀླར་སྤར་ཡེ་གཤེན་དབང་རྫོགས་འདི། །  
 སྒྲོན་པ་རྒྱལ་པོའི་ཁ་འཛིན་ཡིན། སྒྲོན་པའི་དར་གྱི་འདུལ་མི་ཡིན། ཡུལ་  
 བ་མཐུ་ཆེན་རྒྱལ་པོ་ཡིན། ཡུལ་འདྲེ་འབྲུམ་པོ་བདུལ་མི་ཡིན། བདུད་  
 དང་སྒྲིན་པོ་འདུལ་མི་ཡིན། ངམག་སྟོང་ཆོ་ཆོགས་པའི་རྗེ་འུ་ཡིན། ཁང་  
 ངབ་སྟེང་གི་ཀླར་སྤར་ན། ཡུལ་གྱི་རྒྱལ་པོས་ཡུལ་འདྲེ་ཐུལ། གཉིས་  
 གངས་དབྱི་དཀར་མོས་རྩ་ལེན་བཟང་། བྱན་བཟང་གཞན་ལ་མདུན་ངོ་  
 དག་ཏུ་འདྲ་བཤད། གསུམ་གཡའ་འབྲུ་མ་སྒྲེས་བུའི་རྟེན་ཆོས་ལེགས། །  
 བཞི་ལ་ལྷ་ཡི་ཐོ་དོར་དར། ལྷ་གངས་ཀྱི་བྱི་བ་གིང་ཐུན་ཡིན། སྤྱག་ཁིམ་  
 བདག་མོ་ལ་བུ་སྟེ་ཡིན། བདུན་པོ་སྟོ་གནམ་ལུགས་པ་བོང་ཡིན། །

བརྒྱད་པ་མཚུན་ཡུལ་ལྟར་བསྐྱོད་བ་ཡིན། །དགྲ་གངས་བྱི་མེ་ལེན་ཆས་བ་  
ཡིན། །བརྒྱ་དྲུང་ཁྱ་དཀར་མོ་དྲུང་མདོག་ཡིན། །བརྒྱ་གཅིག་དྲུང་སེང་གངས་  
སྟོད་ཟེན། །བརྒྱ་གཉིས་ཟོ་དོར་གནས་ནས་བསྐྱོད། །བརྒྱ་ག་ག་མ་དག་ལ་  
ཐོགས། །ལར་བརྒྱ་གཉིས་སྟེང་གི་རྒྱ་སྤར་འདི། །དགྲ་རྒྱ་ཁྱོད་དང་  
འཛིགས་དོ་ཡོད། །ཁེར་བ་དྲག་པོ་བྱུང་ན་ཐུབ། །དེ་མིན་རལ་བ་ཅན་གྱི་དགྲ་  
དོ་ཡིན། །བརྒྱ་གསུམ་པོན་གྱི་བཤད་རྒྱུད་འཕེལ། །སྟེ་པོདི་དགྲ་སྤྱད་དར་བ་  
ཡིན། །ལོ་སྟོར་གཅིག་ལ་ཤི་ཆད་མེད། །འདི་ཡི་ལན་དུ་ལི་ཡན་ན། །དྲུང་སེང་  
གཡུ་རལ་བྱི་བ་ཡིན། །ན་འབན་སེང་ཁོག་འབུ་ཡིས་གཡེངས། །  
སྤུམ་སྟོན་སེང་ཆེན་གནམ་རྒྱས་བསང། །སྤུམ་བྲག་པོན་གྱི་གདུང་རྒྱུད་ཆད། །  
སྟེན་དིང་དྲུང་སེང་ཆས་བ་ཤོལ། །སེ་སྟོད་བྱ་རལ་རྩ་གཤང་གཞུང་ནས་རལ། །  
རྒྱ་སྤར་ཡུལ་ལྟའི་རྒྱལ་པོལ། །གཤེད་དུ་གཞོད་སྟེན་སྤྱོད་མོ་འཛིགས། །ལན་  
དུ་སྤུམ་གྱི་དངས་མ་སྟོོ་བརྒྱག་ཡིན། །དེ་སོགས་ངན་རིགས་བབས་ན་ངན། །  
རྒྱ་སྤར་ལན་དུ་དཀར་ཐོགས་ན། །གངས་རིའི་དོས་ལ་སེང་ཐུག་ཆར། །  
སེང་ཐུག་མགོ་ལ་གཡུ་རལ་རྒྱས། །དེ་སོགས་བབས་མདུད་བབ་ན་བབས། །  
**ཆེན་པོ་**དེ་ཡི་དང་པོར་བརྒྱག་བྱུང་ན། །རྒྱ་སྤར་དྲུང་ཁྱོད་དཀར་པོ་ཟེར། །  
དྲུང་སེང་ཁྱོས་པའི་ཐུ་གུ་ཡིན། །ཡུལ་སའི་ཐུང་འདྲེ་འདུལ་མི་ཡིན། །རང་  
ས་དག་དུ་འདི་བབ་ནས། །བྱིས་ར་སོ་བྲག་སོ་ཡོན་ན། །ཡུལ་འདྲེ་འཕྱུམ་  
པོ་ཐུལ་བ་ཡིན། །གཉིས་བ་དྲུང་སེང་དཀར་མོའམ། །ཁློ་བ་དྲུང་གི་ཆག་ཆོ



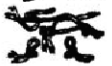
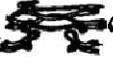
བརྒྱུག། དབྱ་ལྟ་ངར་སང་དཀར་མོ་ཡིན། །ཁྱད་པར་བཅུ་གཅིག་སྟེང་དུ་  
གཅིས། །མེད་གོས་གངས་སྟོད་བསྐྱར་བ་ཡིན། །སྒྲོ་བརྒྱུག་འདྲེ་འཆིང་འགག་  
ཐག་བརྒྱུག། །ཁྱད་ཕྱག་ཤ་ཟམ་ཞེས་ཀྱང་བྱ། །མེད་གོའི་ཕྱ་གུ་རང་རྩས་  
འགག། །ཁྲི་ཚོ་འགག་པའི་འགག་ཐག་ཡིན། །འགག་གི་དང་ནི་གོ་འགག་  
རོ། །གཏོ་ལ་འགག་སེལ་ལ་སོགས་བྱ། །བྱ་ལ་ཁེ་ཚ་བྱུང་བན། །རྒྱང་སྤར་  
ཟླ་གམ་ཕྱག་ཅི་ཟེར། །མེད་དཀར་གཡུ་རལ་ཡང་མཐོ་བརྒྱུག། །ཡང་ན་དག་  
པོ་ལི་ཕྱིན་ཟེར། །གལ་ཏེ་བབ་ན་ལན་མི་དགོས། །རང་སར་བབ་ན་ལན་  
མི་དགོས། །འཇུས་པའི་བྱ་ལ་ན་ཚ་བྱུང། །ཐོད་བརྒྱུག་ལི་ཕྱིན་མེད་མགོ་  
ཅན། །དུང་མེད་དཀར་ཀྱང་གཡུ་རལ་ནག། །མེད་རུས་པ་བཟང་སྟེ་ཁོང་གེད་  
མེད། །དམག་ལ་འུར་འཛོམས་བྱེད་ན་ངན། །རྒྱང་སྤར་དེའི་བརྒྱུག་གཉིས་  
ལ། །རྒྱམ་གངས་གསུམ་ཡོད་གསུམ་བརྒྱུག་གཅིག། །བཟང་ངན་སྒྱི་ལྟར་  
གེས་པར་བྱ། །རྒྱང་སྤར་བརྒྱུག་སྟེ་བཟང་པོ་རྒྱམས། །རང་སར་བཟང་ལ་སྒྱི་  
སར་ངན། །**ཏུ་ཏུ་**འདི་རོག་པ་ལྷི་བྱར་ཁ་འཐམ་ཡིན། །བདུད་ཀྱི་རལ་གྱི་  
ནག་པོ་ཡིན། །བཅུ་གཅིག་སྟེ་སྟག་ཅན་མོ་ལ་བཟང། །བདུན་ལ་ཞིང་ལས་བྱེད་  
ན་བཟང། །གསུམ་ལ་སྒྱི་དུད་གལ་བཟང། །བྱ་ལ་ཁེ་ཚ་སོང་བན། །རོག་པ་  
རིན་ཆེན་འཁོར་ལོ་ལ། །ཡ་མཚན་ཐོག་གི་རལ་གྱི་ཡིན། །བཅུ་གསུམ་སྒྲོ་  
མ་ནད་པའི་མོ་ལ་བཟང། །**ཏུ་ཏུ་**རོག་པ་ཅམ་ཐིག་ལྷི་བྱར་འདིར། །མ་  
བྱག་ལྷི་བྱར་ཞེས་ཀྱང་བྱ། །གཏུམ་ཅི་སང་དེ་སྟག་འཕྱུ་དེ། །རྡོ་རྗེ་རང་གྲུབ་

[illegible]

བའི་མགོ་བོ་ལ། ཟུན་གྱི་མཚོན་ཆ་རང་འཁོར་ཡིན། །རྒྱ་ལེགས་དག་  
 མོད་དྲ་མ་བཟང་། །རྟ་མགྲོགས་མིང་ཕྱར་བྱ་ཡང་སྒྲེ། །ནད་པ་མི་སྣོད་འཆི་  
 བ་ཡིན། །ཡེ་མཚོན་དང་ནི་ངམ་མཚོན་འདི། །བྱིན་པ་མེད་པར་འབྲེས་པ་འདི། །  
 །འབྲུག་ས་པ་འོང་བའི་སྤྲ་ལྷས་ཡིན། །གཞི་བྱ་དག་ལ་དག་དེ་ཡོད། །རྟ་མོད་  
 བ་དུ་དག་བྱ་བྱ། །ངམ་གྱི་གདུག་ཐེབ་མཚོན་ཆ་མས། །རང་སར་འབབ་  
 ཏུ་མི་རུང་དོ། །བབ་ན་གྱི་བྱ་བྱ་གྱི་འདུར་བྱ། །བྱི་སར་བབ་ན་ཆ་ཡང་རན། །  
 །གར་ཡོད་ཕྱོགས་སུ་རྒྱལ་ཁ་ཡོད། །བརྒྱ་གཅིག་སྒྲིད་གྱི་ལ་ཐོད་ཡར། །བརྒྱ་  
 །གསུམ་གྱི་དོ་ཡིན་པས་རན། །~~མཚོན་ཆ་~~ འདི་ནི་མིང་གསལ་གྱི་བྱར་ཡིན། །མིན་  
 བོ་སྒྲུ་རིང་བྲག་མིག་དེས། །ཞང་པོ་བསང་བའི་དམ་གྱི་ཡིན། །བརྒྱ་གཅིག་  
 །ལ་རབ་དག་ལ་རན། །གསུམ་ལ་དག་བྱ་བྱ་མིང་བྱ་བཟང་། །~~མཚོན་ཆ་~~ འདི་  
 །དོན་གྲུབ་དབང་གི་ཕྱི་བྱར་ཡིན། །དམ་ནམ་གཙ་ཕྱི་བྱར་ཟེར། །ཡང་ན་  
 །གདུམ་ཅི་སངས་ལྷན་འབྲུ། །དོ་རྗེ་རང་གྲུབ་ཕྱི་བྱར་འདི། །ཡེ་སྒྲོན་གྱི་བརྒྱར་  
 །བའི་རལ་གྱི་ཡིན། །ཕྱི་བྱར་འབྲོང་འདྲ་ཞེས་ཀྱང་བྱ། །བཞི་ལ་རབ་དཔོན་  
 །པོའི་མོ་ལ་བཟང་། །མ་རབ་དག་ལ་རན་པ་ཡིན། །བདུན་ལ་རྟ་ཉོ་བྱེད་ན་  
 །བཟང་། །གཉིས་བུ་ཆོན་པའི་མོ་ལ་རན། །~~མཚོན་ཆ་~~ འདི་ལྷ་བྱུང་རི་རྒྱལ་  
 །ཕྱི་བྱར་ཡིན། །ཤེལ་བྲག་ཕྱི་བྱར་ཞེས་ཀྱང་བྱ། །བརྒྱ་གཅིག་སྒྲིད་ཁ་ཅན་ལ་  
 །རན། །བརྒྱད་ལ་རལ་ཁ་འབྲེད་ན་བཟང་། །བརྒྱ་གསུམ་ནད་པ་མི་འབྲེད་བཟང་། །  
~~མཚོན་ཆ་~~ འདི་ཉི་འོད་འབར་བའི་ཕྱི་བྱར་ཡིན། །སྤྲལ་ནམ་ཕྱི་བྱར་ཞེས་ཀྱང་

བྱ། །ཕྱི་ལུང་ཤན་པ་གི་ཐོགས་ན། །བུ་ཚ་ནད་པའི་མོ་ལ་ངན། །གསུམ་  
ལ་རྒྱུད་གསུམ་མོ་ལ་བཟང་། །བདུན་གྱི་སྟེང་བབ་རྟ་ཚོང་བཟང་། །བཅུ་གཅིག་  
སྟུམ་མ་དག་ལ་བཟང་། །བཅུ་གསུམ་ཡ་རབ་མར་ལ་འབབ་པས་ངན། །  
**ཏཱ་ལའ་བོ་མཆོག་གི་འཕྲིན་ལྗོངས་ཀྱི་ཕྱི་ལུང་ཡིན།** །དུམ་རྒྱུ་ལི་བྱིན་ཕྱི་ལུང་  
ཟེར། །ཁྱི་ལེ་དེ་ནི་ཁྲག་ཤར་གྱི། །དབྱི་མར་ཁྲག་འཁྲུང་བྱ་བ་ཡིན། །ཁྲེང་མའི་  
སྟུ་གྱི་ངར་འཇམ་ཡིན། །བཅོན་ཡམ་ཤུད་དམར་པོའི་བཤའ་གྱི་ཡིན། །གཏུག་  
པའི་ཚོགས་ཀྱི་དར་པོ་དེ། །ཁྲག་གི་རྒྱལ་བ་བཀལ་བ་ཡིན། །བཅུ་གསུམ་  
ཡ་རབ་དག་ལ་ངན། །བཅུ་གཅིག་རྟ་ཐུགས་དམར་པོ་ཡིན། །ཡ་མ་ནད་པ་  
དག་ལ་བཟང་། །བརྒྱད་ལ་ཁོར་མོ་འདེབས་ན་ངན། །**ཏཱ་ལའ་བོ་མཆོག་གི་འཕྲིན་ལྗོངས་**  
**འབྲུལ་གྱི་ཕྱི་ལུང་རམ།** །སད་མུ་ལེ་ཟུར་གསུམ་ཕྱི་ལུང་ཡིན། །དབྱིག་དམར་  
ཕྱི་ལུང་ཞེས་ཀྱང་བྱ། །བུ་རྩེ་དབྱིག་དམར་ཁྲག་འཁྲུང་ཡིན། །བདུད་གཡག་  
རོག་པོའི་བཤས་རི་ཡིན། །གཏུག་པ་ཁྲག་གི་ཁ་སྟུ་ཡིན། །**ཏཱ་ལའ་བོ་མཆོག་གི་འཕྲིན་ལྗོངས་**  
**སྟོང་ངན་དོད་ཕྱི་ལུང་ཡིན།** །རྩོ་མཚོན་ཕྱི་ལུང་ཞེས་ཀྱང་བྱ། །བཅུ་གཅིག་  
ནད་པ་དག་ལ་བཟང་། །བརྒྱད་ལ་ཡུག་མོ་འཛོག་ཉིན་བཟང་། །གཅིག་ལ་  
གྱི་ཐོན་བྱེད་པར་བཟང་། །བཅུ་གསུམ་མདུན་མ་ཆད་པས་ངན། །**ཏཱ་ལའ་བོ་མཆོག་གི་འཕྲིན་ལྗོངས་**  
**འདི་ཁྱེད་ལ་འདེག་ཕྱི་ལུང་ཡིན།** །ཡར་ནམ་ཕྱི་ལུང་ཞེས་ཀྱང་བྱ། །ལ་ལས་  
ཁྱུང་ཐར་ཕྱི་ལུང་ཟེར། །གཟེར་མོ་འགམ་སྒྱའི་རལ་གྱི་ཡིན། །བརྒྱད་ལ་  
མིད་ཐུ་དག་ལ་བཟང་། །བཅུ་གསུམ་རྟ་ནད་པ་ལ་ངན། །འདི་ཡི་སྟུམ་ལ་



བརྒྱུག་སོང་ན། །ཁུད་ཟངས་མགོ་རི་སྒྲ་བརྒྱུག་ །མི་ཡི་མགར་བ་སྒྲ་དམར་  
 ཡིན། ། འདི་ཁུད་མར་དགོ་ལྷི་བྱར་ཡིན། །མར་ནམས་ལྷི་བྱར་ཞེས་  
 ཀྱང་བྱ། །བརྒྱ་གཅིག་ཡུལ་གཅིག་ལན་གཉིས་བརྒྱུག་ །དྲུག་ལ་བྱད་མེད་ནལ་  
 གྱིས་འཕོག་ །བརྒྱ་གསུམ་རྩོན་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །ཁུད་པར་ཡ་མ་བཅོས་  
 བ་བཟང་། །བདུན་པ་རྟ་མོ་ཉོན་བཟང་། །འདི་ཡི་སྒྲུམ་ལ་བརྒྱུག་སོང་ན། །  
 ཁུད་མར་དགོ་བྱེད་བརྒྱུག་ །ཐེད་རང་མགར་པའི་ལག་ཆ་ཡིན། །  
 འདི་ལ་ཁ་ཁྱུག་ལྷི་བྱར་ཟེར། །ངམ་གྱི་བཤའ་གྱི་དམར་པོ་ཡིན། །  
 འདི་མུ་ཁ་ཟ་ཡག་ཐུན་ལྷི་བྱར་ཡིན། །དུ་ཡི་མགར་བ་སྒྲིང་དམར་ཡིན། །  
 འབྲུགས་པའི་གོང་བ་ཟེན་པ་ཡིན། །འདི་ཡི་སྒྲུམ་ལ་བརྒྱུག་གཅིག་ན། །ཁུ་  
 གི་ཚྭ་གཙོང་དོན་གྲུབ་བརྒྱུག་ །དོན་གྲུབ་མི་ཡི་རལ་གྱི་ཡིན། །སྒྲུམ་ལ་བརྒྱུག་  
 གཉིས་སོང་བ་ན། །མ་གོས་འཁོར་ལོ་བརྒྱ་བརྒྱུག་ །དུང་བྱུང་སྒྲུལ་སྒྲིད་པ་  
 ཡིན། །རྩོ་མཚོན་རལ་གྱི་འོ་སྒོལ་ཐུག་ཡིན། །ཟ་ཁ་མོ་དགུ་བརྒྱུག་ཀྱང་ཟེར། །  
 ཐེད་རང་མགར་པའི་འོག་དྲོ་ཡིན། །རང་སའི་བཅོན་ས་གར་བབ་ཀྱང་། །སྒྲ་  
 བཞེངས་མཁར་བརྟེན་སེམས་འབྲི་དང་། །དམག་དག་དོན་གཉེར་གང་ཡང་  
 བཟང་། ། འདི་ནི་སྒྲུམ་བྲག་ལྷི་བྱར་ཡིན། །བརྒྱ་གཅིག་མ་རབ་རེ་  
 འཁང་སྒྲེ། །བདུན་མང་པོས་སྒྲུང་སེལ་བྱེད་ན་བཟང་། །གསུམ་སྒྲུ་ཆོན་ད་  
 པ་དག་ལ་བཟང་། །འདི་སྒྲུང་ནམས་འདུས་པའི་སྒྲིང་པ་ཡིན། །མཚོན་ནམས་  
 འདུས་པའི་སྒྲིགས་མ་ཡིན། །བརྒྱ་གཅིག་མན་ཆད་རང་ས་སྤྱ། །གཞི་བྱེས་

གང་ལ་འཐེན་ཐག་ཡིན། །ངན་པའི་གྲོས་ཀྱིས་སྒོ་ལ་འཐེན། །གྲོགས་ཆེ་  
 ཡང་གྲོད་དོ་དུམ་ཙམ་ཁུར། །གཞི་ལ་བཏབ་ན་གང་སྟོང་ཕྱན་བུ་འོང། །དག་  
 །ཁ་ལོ་ཆེ་སྟེ་གོད་མི་ཚུགས། །ཁྱི་སར་སྟོར་བརྒྱུག་རྩེས་ཆོལ་དོ། །རྟ་ལ་བཏབ་  
 བ་འབྲིང་ཙམ་ཡིན། །གདོན་ལ་གདོན་དོ་མཐོ་བ་ཡིན། །བརྒྱད་བརྒྱ་གཅིག་  
 བརྒྱ་གསུམ་ཐེ་ཆོམ་ཆེ། །དཔོན་གཉིས་དོ་འཛིན་དགོས་པ་ཡིན། །དེ་ཡི་སྒོ་  
 ལ་བརྒྱག་སོང་ན། །དུང་གླང་བཤས་པའི་རྟོ་བ་ཡིན། །དེ་ཡང་རྟ་དང་གླང་  
 ལ་ངན། །གླང་ལོ་བ་ཡི་ལོ་བྲག་ཡིན། །དེ་ཡི་སྒྲུང་ལ་བརྒྱག་སོང་ན། །སྒྲུམ་  
 བྲག་ལྷི་བུར་སོ་ཤོ་ཐར། །སྒྲན་བུའ་གླང་པོ་རུ་དཀར་ཡིན། །གླང་རྣམས་  
 འདུས་པའི་མགོ་བོ་ཡིན། །ཁ་རྣམས་འདུས་པའི་རྟོད་པ་ཡིན། །མཚོན་རྣམས་  
 འདུས་པའི་དུངས་མ་ཡིན། །དག་གཞི་སྒོར་གསུམ་ཀུན་ལ་བཟང་། །སྒྲུམ་  
 ལ་གལ་ཏེ་བརྒྱག་གཉིས་སོང་། །སྒྲུམ་བྲག་ཁྱི་སྒྲན་དཔུལ་མགོ་ན། །སྒོན་  
 པའི་དུང་གླང་དཀར་པོ་བརྒྱག་ །ཁོ་རྟ་ཡབ་ཡུམ་འཆི་མེད་ཡིན། །བྱ་ཡི་གར་  
 དམག་འཆོ་མི་ཡིན། །བརྒྱ་གཅིག་བརྒྱ་གསུམ་གར་བབ་ཀྱང་། །དག་ཡི་མི་  
 སོད་གོ་ཡང་ཐོབ། །བཞིག་རྣམ་གསུམ་གར་བབ་ཀྱང་། །མི་གངས་ནོར་  
 གངས་གཉིས་ཀ་འཕེལ། །དེ་ཡི་སྒོ་ལ་བརྒྱག་སོང་ན། །སྒྲུམ་བྲག་ལྷི་བུར་  
 སྒོ་བརྒྱག་དེ། །དུང་གླང་བཤས་པའི་སྒོ་བ་ཡིན། །རྟ་གླང་གཉིས་ཀྱི་མོ་ལ་  
 ངན། །~~མཚོན་པོ་ཤོད་ལྷི་བུར་ཡིན།~~ །སྒོན་སྒྲུ་མེད་བྲག་མེད་རལ་གྱི་  
 ཡིན། །སྒོ་བརྒྱག་གླུང་ནད་བསངས། །~~མཚོན་པོ་ཤོད་ལྷི་བུར་ཡིན།~~ །

མིན་པོ་ཤ་ཟན་རལ་གྱི་ཡིན། ཁོ་མོའི་དུར་བྱ་ཀླུ་ཡིན། རོ་བསྐྱེག་དོ་བ་  
 དམར་པོ་ཡིན། རྩམ་གཅིག་བཙན་གྱི་ཡུལ་དུ་ཡར། ཡུ་བ་མེད་པའི་གི་སྤྱ་  
 ཡིན། བྱེས་པོ་དགུང་མཁན་བཤས་པའི་གྱི། གཅིག་ལ་ས་བདག་དུར་བྱ་  
 ལང་། གཉིས་ལ་ས་འོག་ས་མིན་ལང་། གསུམ་དུར་བྱས་ཆུང་གསུམ་སྒྲེ་  
 རྒྱུད་བཙད། རི་བཏབ་བན་གྱང་རྒྱ་མོ་ལ། ཆུང་གསུམ་དཔའ་ལས་བྱེད་  
 རོ་ཡིན། བཞི་ལ་དུར་བྱ་ཁྲུར་བསྐྱོད་ཁྲུ་ནད་འོང་། དུར་མོ་དག་ལ་ཤིན་ཏུ་  
 བན། རྒྱ་པའི་མོ་ལ་ཤིན་ཏུ་གཙོད། ལྷ་དུར་བྱས་ཟུན་གྱི་པོང་བུ་བསད། །  
 ཅི་ལ་བཏབ་གྱང་བན་པ་ལ། རྒྱ་པས་ཟུན་དམག་གསོད་རོ་ཡིན། རྩལ་ཀླུ་ས་  
 དུར་བྱིས་བཟུང་བས་བན། ཡུག་སའི་མཆི་མ་མི་སྐྱམ་རོ། ཡུག་ས་ཡིན་  
 ཟེན་གཅིག་ལ་ནི། ཡུག་ས་མོ་ལ་བུ་སྒྲེ་རོ། རྒྱ་པས་བྱུ་གཅིག་ཐོབ་རོ་ཡིན། །  
 བདུན་དུར་པོན་ཐད་དུ་ལང་བ་ཡིན། ཡུལ་དྲོ་ས་འཇམ་མོ་ལ་བན། གདོན་  
 དུ་མེ་འདྲེ་གཞོད་པ་ཡིན། རྟ་འཆོ་བའི་མོ་ལ་བཟང་བར་བཤད། བརྒྱུད་  
 དུར་བྱ་ལྷ་སར་བསྐྱེགས་པ་ཡིན། ལྷ་པོན་གདན་ས་ཤོར་བ་ཡིན། རྒྱ་  
 པའི་མོ་ལ་བཟང་བ་སྒྲེ། དུར་བྱིས་གཤོག་བར་ཐོག་སེར་འཇོ། དག་བསད་  
 རོར་ཐོབ་གཉིས་གྱི་རོ། དག་ཀང་གས་བདུད་དམག་བསྐྱས་པ་ཡིན། མ་  
 ཡམ་ཆུ་ལྟར་བབ་པ་ཡིན། པོན་པོ་དག་ཆོགས་ཤི་ཆད་རོ། བཅུ་དུར་བྱའི་གོ་  
 བ་ཤ་ཡིས་གང། ཤ་མ་ཟད་པར་དུ་ཤི་ཆད་རོ། ཉད་མ་དར་མ་འབྲལ་དུ་  
 འཆི། དག་ལྷ་དག་ལ་དག་མེད་ཡིན། བཅུ་གཅིག་ཀང་ཀའི་མཆུ་ཅད་མར། །

[illegible]


ཡག་ནས། །འབྲུམ་ཆོ་གསུམ་གྱི་གནངས་ཐོབ་རྒྱས། །བཞིག་རྣམ་གསུམ་  
 གར་བབ་ཀྱང་། །མི་ལོ་ར་ཆུས་གསུམ་དུས་གཅིག་འཕེལ། །འདི་ལ་བརྒྱག་  
 གསུམ་བཅས་པ་ན། །ཆུ་སྤར་འབྲུག་ཐོག་གཟིག་གསུམ་ཡིན། །དཔའ་ཆུ་  
 སྤོར་འབྲུག་གི་རལ་པ་ཅན། །ཡང་རྩོད་པ་དང་འདི་ལ་ཆང་། །ལན་གཅིག་བབ་  
 པའི་དུས་བྱུང་ན། །ཡང་ན་ལྷ་ཁང་བྱུང་མགོ་བཞེངས། །ཡང་ན་དར་མས་  
 འབྲུམ་གཅིག་གི། །ཆུས་ཆེན་མིན་པས་མི་ཐེག་གོ། །ཕྱི་བྱར་མོ་རྟ་  
 བག་ལ་སོང་། །དག་གི་ཕྱི་བྱར་ཞེས་སུ་བཤད། །སྒོན་བསེལ་མི་བྱུང་རིང་  
 ལ་བབ། །འདི་བསེལ་མི་ཆུང་གྱུད་ཆེན་ཡིན། །ས་བདག་རུས་སྤལ་ཞོག་པ་  
 ཡིན། །ཡང་ན་མཚུན་གྱི་བང་ཆེན་ཡིན། །ཡང་ན་བག་མ་རྫོང་མེད་ཡིན། །  
 ཡང་ན་ཐེའུ་རང་ར་ཞོན་ཡིན། །ཡང་ན་རྒྱང་ཐང་ཁྱི་བྲིད་ཡིན། །བསོད་ཟད་མ་  
 རབ་སྤྱ་མཐུད་ཡིན། །སྒྲོན་དང་དམུ་ཆུ་གཉིས་ཀྱི་སྤྱ། །གཅིག་གི་སྤྱེད་དུ་འདི་  
 བབ་ན། །འདྲེ་ལམ་སྤྲུགས་སུ་རྒྱུད་པས་ངན། །གཉིས་རྒྱུན་མོ་མི་རེད་སྤྱོད་སྤྱོད་  
 ཁུར། །ཤར་ནས་རྒྱུན་དོ་ཐེའུ་རང་གཞོད། །གསུམ་ལྷམ་འཕོས་རྒྱུད་ཅན་གྱི་  
 གོ་མཐའ་བསྒྲོར། །བྱུ་ཆ་རྒྱུད་རྒྱུད་དར་བ་ཡིན། །བཞི་ལ་ཐེར་མ་སྤྱུ་དང་  
 བསྒྲོང་། །བ་ར་བོང་གསུམ་འཕེལ་ངོ་ཡིན། །ལྷ་ཐེའུ་རང་མགོ་བདུན་སྒྲོ་རུ་  
 སོང་། །འདྲེ་བཀར་བྱེད་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །དུག་ཐོ་མོ་འདྲེ་ཅན་སྤྲུགས་སུ་  
 རྒྱུད། །མི་དོགས་ས་ནས་འདྲེ་གདོན་གྱིས། །བྱུད་མེད་རྒྱོད་མ་གཉིས་ལ་  
 གཞོད། །བདུན་ལ་གཉེན་གྱི་རྟ་མཁར་ཞིག། །རྟ་དབྱར་ཤོར་རྒྱང་ཐང་སྤྱུ་ཁུར་

ཡིན། །བརྒྱད་འདི་འབུམ་ས་ལྟ་སར་ཁྱལ་ས་པ་ཡིན། །སྒོ་ཉེས་ཐག་རིང་བརྟན་  
པ་ཡིན། །ལ་མེད་དུ་བུའི་མོ་ལ་བཟང་། །དགུ་ས་མཐོ་ལ་ཁའི་དག་ཅག་རྒྱལ། །  
ནོར་སྒྲ་ཐག་ཅན་དེ་བྱི་ལ་འཚོར། །བཅུ་གྲུ་བོའི་རུ་དེ་ཐོག་པ་ཡིན། །ལ་གྱི་  
དུ་བུར་ལུས་དོགས་ཡོད། །རྗེ་ས་འབངས་ཀྱིས་སྒོག་ན་བཟང་། །ལ་ར་བོང་  
གསུམ་ཉོན་བཟང་། །བཅུ་གཉིས་བྱང་གི་བྱེ་ལུང་ན། །རྟ་པ་རྒྱང་ཐང་གིས་  
བཅོམ་ངོ་། །རྗེས་གཅོད་རྟོག་ར་འགྲིགས་པས་བཟང་། །བཅུ་གསུམ་མགོ་  
ཡི་ལུ་ལུང་ལག་གི་ལྷགས་ཤོར་ཡིན། །ལ་རིང་བཟང་ལ་བུ་རིང་གྲུད། །གཏོ་  
རྒྱ་འཇུག་ཅིང་སྒོ་སེལ་བྱ། །འདི་ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་རན་པ་ལ། །ལུང་མེད་  
རབས་ཆད་ནད་མོ་དང་། །ཤ་བ་ཐོ་ཆེན་འགྲེད་ཉོན་བཟང་། །འདི་ཐོ་ཡི་  
རབས་ཆད་ཐོད་ནག་ཡིན། །འོན་ཀྱང་སྒྲིས་པ་རབ་ཏུ་བྱུང་ཉོན་བཟང་། །  
ལུ་སྒྲི་བུད་ནས་སྒོམ་ལུ་གྲོན། །འབྲོག་པ་ཡུལ་ལ་ཁྱལ་ས་ཉོན་བཟང་། །ཤ་  
བརྒྱད་པ་ལུང་དུ་འཇུག་པ་ཡིན། །རྒྱང་མ་ཉོ་བའི་མོ་ལ་བཟང་། །ལུག་ཐུག་  
རུ་ཅ་རྒྱས་པ་ཡིན། །བརྗེ་བཀའ་ལོག་མོ་ལ་བཟང་། །བཀའ་ལོག་བུ་དགུ་  
ཚར་པ་ཡིན། །དཔལ་པོས་ཐུག་འགྲེད་བྱེད་ན་བཟང་། །ཆོ་རེ་ར་ལ་བདུན་  
སྟོང་འཕེལ། །འོག་རྟ་བྱ་བྱེད་མོ་ལ་བཟང་། །ཐེའུ་རང་རང་རྒྱིག་རང་གིས་  
བཅད། །ཐེའུ་རང་བརྒྱབ་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །བརྟན་སྲུང་ཐེའུ་རང་བྱེད་པ་  
ཡིན། །མོ་ཡི་བཤོད་ལུང་གཏན་ཚིགས་རྣམས། །རན་ཀྱང་རང་རང་དམིགས་  
བསལ་ལ། །བཟང་པ་དེ་དང་དེ་འདྲ་སོགས། །གང་བབས་གང་མཐུན་བྱུར་

གྱིས་དཔྱོད། །དེ་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཏུ་སྦྲུང་གེས་བྱ། །འདིའི་ལན་དུ་ཚེ་ལ་  
 ཚེ་སྤྱ་བརྒྱུག་བཟང་། །སྤྱ་ཡི་འཕེལ་གཡང་ལེན་པ་ཡིན། །ན་འབན་ཏུ་སོད་  
 མ་ཟེ་དང་། །བྱ་རལ་ལི་ཡན་སོགས་བབ་ན། །བསོད་ནམས་མེད་པའི་མི་  
 དན་ལ། །སྒོ་དན་གྲོས་དན་གྲོགས་གྱིས་བསྟན། །~~མེད་པ་~~ །དེ་ལ་བརྒྱུག་  
 གཅིག་བྱང་བ་ན། །མཁྱོགས་པ་རེ་སེ་ཀྱུ་ནེའམ། །མཁྱོགས་པ་བརྒྱུག་པ་ཀྱུ་  
 བེ་ཟེད། །དམག་དཔོན་རྩོད་ཀྱི་ལགས་པ་ཡིན། །དཀར་པོའི་ཁ་འཛིན་བྱེད་  
 མི་ཡིན། །ནག་པོའི་ཁ་གཞོན་བྱེད་མི་ཡིན། །དིང་དིང་དཔལ་ཁ་བསྟོད་མི་  
 ཡིན། །དུང་ཁུང་ལྟ་ཡི་ཡུལ་དུ་བྱིན། །ལྟ་ཡི་ནོར་བུ་དུང་སྒྲོང་ཐོབ། །བརྒྱུག་  
 གཉིས་སྤྱ་སྤྱུལ་འོད་ཅན་ཟེད། །ཡེ་རྟ་ཡེ་མཁྱོགས་སྤྱ་མདུད་ཡིན། །འཇུ་མ་  
 དུ་སྒྲ་ཆོས་སེ་སྟོད་ཟེད། །རིང་རིང་ཉར་ཉར་ཞེས་གྱང་བྱ། །མིད་པ་སྤྱ་མགོན་  
 གེར་མཛོ་ཡིན། །པ་ཁང་མ་ཆེན་སྒྲོམ་ར་ཡིན། །སྤྱ་ནི་གལ་བར་ཐོད་དཀར་  
 ཡིན། །མ་ཁང་འབྲི་ཆེན་རྩར་དུར་ཡིན། །སྤྱ་ནི་སྦྱར་གསུམ་བརྒྱུག་གཉིས་  
 ཡིན། །སྤྱ་སྤྱ་ཁུང་རྩོད་དང་སྤྱ་ཡིན། །སྤྱ་ནི་ཁུང་བརྒྱད་དཔལ་མདངས་ཡིན། །  
 ཁང་པོ་འབྲོད་གྱི་ཚེ་བེས་ཡིན། །སྤྱ་དེ་མུ་ས་ཅན་པན་ཡིན། །འཇུ་མ་གནམ་  
 སྤྱན་དཀར་མོ་ཡིན། །སྤྱ་ནི་ཅ་མེད་ལི་ཤག་དམར། །སྤྱིང་མོ་ཐ་རེ་འོད་ཐོམ་  
 ཡིན། །སྤྱ་དེ་སྦྱར་བྱ་དེལ་རྒྱོད་ཡིན། །གཡས་སྤྱན་སྤྱ་སྤྱུག་དམར་མོ་ཡིན། །  
 སྤྱ་དེ་ཨ་ཁད་ཅེ་མ་ཡིན། །གཡོན་སྤྱན་དུང་སེང་དཀར་མོ་ཡིན། །སྤྱ་དེ་རྒྱང་  
 སྤྱར་ལྷི་བུར་ཡིན། །སྤྱ་མཚོ་ཚུ་མིག་ནག་རིང་ཡིན། །སྤྱ་དེ་མ་ཟེ་གཡུའི་ཚུ་



མིག་པོ་ཉ་གད་བ་སྒྱུ་རེད་ཡིན། །སྒྲ་དེ་སྒྱུ་མཉམ་མཁལ་དཀར་ཡིན། །  
འོག་ཏུ་པ་པོང་དེ་ལ་དཀར་ཡིན། །སྒྲ་དེ་ཀྱ་ཚང་གསེར་ལ་ཡང་ཐོག་ཡིན། །  
འདི་བཅུ་གཅིག་སྟེང་དེར་བབ་ནས་སྟ། །བཅུ་གཉིས་པ་ལྷི་པ་སྒྱུ་ན། །  
གཡུ་འབྲུག་ལྷིར་བས་ངམ་རྩེ་བརྒྱལ། །འ་ཞའི་རྩོད་རྩེ་ལྷ་བརྒྱ་བསང་། །  
དམག་དཔོན་པ་དེང་བཅོན་དུ་བཟུང་། །གཞིས་མནང་དཔལ་མདུང་དཀར་  
པོ་ཡིན། །གཞི་ཁ་གོང་འོག་དེ་དུས་བརྩེས། །འདི་རང་སའི་བཅོན་སར་བབ་  
ན་གཅིས། །ཕྱི་སར་བབ་དུ་མི་རུང་ངོ་། །བག་ལྷིར་བརྒྱག་གསུམ་བྱུང་བ་ན། །  
རེ་སྟེ་དེང་དེང་མར་མེར་ཟེར། །འོད་དཀར་སྒྱ་ཡི་ལོར་བྱ་བརྒྱག་ །སྒྲ་མཁས་ཀུན་  
གྱི་རྒྱལ་པོ་སྟེ། །མིད་བ་སྒྱ་མགོན་དཀར་པོའི་སྒྲ། །ཡང་ཕྱེས་གསེར་རི་སྟེ་  
ཆེན་ཡིན། །ཡང་ཕྱི་གཡུ་མཆོ་ལྷག་མོ་ཡིན། །ཕྱིས་པོ་སྟག་ཆ་འལ་འལ་ཡིན། །  
ཕྱི་མོ་ཆེམ་བ་བྱད་བྱད་ཡིན། །པ་ནི་གནམ་གཉན་གསེར་མདོག་ཡིན། །མ་  
ནི་སྒྱ་གཉན་ལྷག་མོ་ཡིན། །ཁོ་རང་རྩོང་མཁན་ལྷན་རུམ་དཀར་པོ་ཡིན། །  
རང་སའི་བཅོན་སར་བབ་ན་གཅིས། །དག་གཞི་དཀོར་གསུམ་ཀུན་ལ་བཟང་། །  
ལ་ལས་རེ་སྟེ་སྒྲ་ཆེང་ཟེར། །རེ་བའི་སྒྲ་ཡི་གྱང་གིང་ཡིན། །སྒྲ་གྱར་རིན་ཆེན་  
འདྲ་བའི་ངོ་། །བཞིག་སྒྱ་གཡང་མི་ལ་འབབ། །ཕྱི་སར་དག་གྱོད་གཡང་  
ཉམས་ངོ་། །ཡར་གཅིག་གི་སྟེང་དུ་རེ་སྟེ། །སྒྱ་ཡིས་དངོས་གྲུབ་སྟེར་ངོ་ཡིན། །  
གཉིས་ཐེའུ་རང་མི་རུ་སྒྱལ་ནས་གཞོད། །གསུམ་ལ་སྒྱ་ཡི་རྩ་དཀར་འཕེལ། །  
བཞི་ལ་སྒྱ་གཡང་མི་ལ་འབབ། །ལྷ་ལ་བདུད་བཅོན་མི་ལ་གཞོད། །དུག་



གཉན་སྐས་སྤང་མཆོན་འཕྲུང་བ་ཡིན། །བདུན་དུ་སྒྲུབ་ལྟ་ཡུལ་གནས་སྤྱི་  
བདེ། །དགུ་ལ་བོན་བོའི་སྒྲོན་ཡིན། །བཅུ་ལ་གནས་སྒྲུབ་བདུད་ཅི་ཡིན། །  
བཅུ་གཅིག་མཐོ་བའི་ལ་ཅིར་སླེབ། །བཟང་དྲག་ཐུར་ལ་གྱུ་དོགས་ཆེ། །བཅུ་  
གཉིས་སྒྱིད་ཀྱི་རྩ་ལ་ཐུར་དུ་གྱུ། །བཅུ་གསུམ་མཐོ་གསལ་བ་རི་ཅིར་སླེབ། །དེ་  
བས་མཐོ་ཐབས་མེད་བས་ན། །བཟང་དྲག་བཙན་ལྷག་འཕེན་དང་གསུམ། །  
དེ་ནས་མར་ལ་གྱུ་དོགས་ཆེ། །གཡང་འགྲུགས་ལྟ་གསོལ་བ་གྲ་ཤིས་བྱ། །  
གཡང་གཉའ་བུམ་གཉའ་བཞག་ན་བརྟན། །རེ་སེ་མཐོ་གསལ་བ་རྒྱག་འདོད་  
འདི། །རེས་འགའ་འབྲི་མར་སེར་མོ་ཡིན། །ལན་དུ་ལི་ཡན་རྒྱུ་མོས་  
འཛིགས། །རེས་འགའ་སྒྲུབ་གྱི་རྒྱལ་བ་ཡིན། །ལན་དུ་སྒྲིས་སྒྲི་མཆུ་ནག་  
ངན་བས་འཛིགས། །རེས་འགའ་རུས་སྒྲལ་སེར་བོ་ཡིན། །ལན་དུ་སོད་སོལ་  
ཁ་དུར་བྱས་འཛིགས། །རེས་འགའ་བཟང་དགར་འོ་མ་ཡིན། །མེ་འབྲུད་  
ཉིས་བྱུང་ན་འཕྲུར་བ་ཡིན། །དེ་བཅུ་གསུམ་སྤྲེད་གི་རེ་སེ་ཡིན། །  
འདི་ཐུང་བར་ཨ་རི་ཁྲི་བུར་ཡིན། །ཨ་རི་ཁྲི་བུར་མདའ་གཞུ་ཅན། །ཁ་ཐོ་ཆེ་  
ཞིང་རི་ཅིབ་འགྲིམ། །འཐབ་ལ་མི་དགའ་འཕྲོས་ལ་དགའ། །ཤོ་མོའི་ཐུབ་  
ཆུང་རྒྱབ་ལ་ཁུར། །འཛག་མའི་མདུང་ཐུང་ལག་བཟུང། །སྤར་མ་འཕྲོས་  
བའི་སེར་མ་ཡིན། །སྤྲོད་དབང་བོ་སྤྲུག་འདྲ་ཡིན། །ཉིན་གུང་མཐོ་གསལ་མ་  
གྱི་ཡིང་འདྲ། །སྤྲོད་སྤར་མ་ཨ་འདྲ་ཡིན། །ཁ་ནས་རྒྱུབ་ཅིག་སོང་ཅིག་ཟེར། །  
མིག་གིས་འཕྲོས་ས་གར་ཡོད་བཞུ། །འཕྲུགས་བ་བྱེད་བའི་ཉིན་བར་དེ། །

གར་བབ་ས་དེ་ཡམ་བ་ཡིན། །རྒྱས་ཤོར་སྒོག་ཤོར་བྱུང་དོགས་ཡོད། །དེ་བྱིར་  
རང་ས་དག་ཏུ་རན། །ཁྱི་སར་བབ་ན་དག་མེད་ཡིན།། ~~རྒྱས་~~ དེ་ཡི་རྒྱུ་ལ་  
བརྒྱག་གཅིག་བྱུང། །ཁ་རི་དོག་ཆང་བྲལ་ཡིན། །རྒྱན་གསར་བྱ་ལེའི་རིང་ལ་  
བབ། །གཡའ་གྲི་གཟད་བཅན་འདུལ་མི་ཡིན། །དུ་རྒྱན་རྣམས་གྱི་གྲོལ་  
ལྷག་ཡིན། །ཁྱིད་བ་ལྷ་ཡི་ཕོ་ལྷ་ཡིན། །དུ་དང་གཙུག་གི་ཁ་འཛིན་ཡིན། །  
ཤེལ་གྱི་རྒྱར་ཆོམ་བྲལ་ཡིན། །ཁ་ལྷི་ཐེའུ་རང་རྒྱ་མོ་ལ། །རྟེན་དགའ་ལྷ་  
ཡི་ཚོར་བུ་བརྒྱག་ །དོན་གྲུབ་བཟ་གིས་གོགས་གྱི་དོ། །རང་སར་མོ་བཟང་  
ཟས་ཚོར་དོ། །ཁྱི་ས་བཞི་བོ་གར་བབ་ཀྱང། །དག་འཕེན་རྒྱུན་མཐེབ་མོ་  
བདུད་ཏུ་བརྟུམ། །དག་དམག་དང་མདའ་ཁབ་ཀྱི་དོ་ཡིན། །རྒྱུ་ལ་གཡ་  
ཏེ་བརྒྱག་གཉིས་སོང། །དོག་ཅམ་བྲལ་དང་དོད་ཟེར། །བུ་ཡི་ལྷ་སྤང་བྲལ་  
ལ། །ལྷ་རྒྱན་ལྷ་རྒྱན་བོ་གར་བྱེད། །མཆོ་རྒྱན་མི་ལ་གཉེན་ཏུ་ཆས། །ཡུལ་  
དེའི་བུད་མེད་ལུས་རིགས་གཅང། །བརྒྱག་ཅིག་བརྒྱག་སྤུམ་གར་བབ་ཀྱང། །  
ཁྱི་ཆོ་དམག་གིས་གནང་ཐོབ་རུས། །བཞོག་རྣམ་གསུམ་གར་བབ་ཀྱང། །  
ཆེན་ལྷག་བས་ཀྱང་རྒྱན་ལྷག་རྟོད། །མདུང་ལས་མདའ་མོ་རིང་དོ་ཡིན། །གཅིག་  
གི་དོག་ཆང་བྲལ་ཡིན། །རིན་ཆེན་གཡུ་ཡི་མཆོ་མོ་ལ། །གསེར་གྱི་རུས་སྤུལ་  
གབ་བས་བཟང། །གཉིས་ཉིན་གྱི་དུལ་བཙུན་མ་བོ་དང། །སྤྱིབ་གྱི་ལུམ་  
བཙུན་དོ་མོ་གཉིས། །སྟོད་ལ་ཁ་མཆར་ལེན་ལེན་ནས། །ཐོ་རིངས་སོ་སོར་  
གུས་བ་ཡིན། །ཅི་བཏབ་སྤྲུགས་སུ་མི་བཟང་ཡང། །བཙུན་བོ་འཇའ་ཡི་མོ་

མདུད་དེ། །འཁྱིའ་གོང་ཆེ་ཐང་ཡང་ཟེར། །གསུམ་གཡུ་ཡི་ནེའུ་སང་སྒོན་  
 པོ་ལ། །ཤེའུ་ཆེན་ཤེའུ་རྒྱུད་གྲལ་འགྲིག་ཡིན། །རྒྱུད་རྒྱུད་སྒྲེ་འཕེལ་དར་བ་  
 ཡིན། །བཞི་དུ་སྒྲོན་རྒྱལ་མོ་ཆས་སུ་ཞུགས། །རྒྱུན་དང་ཁ་དོག་ལེགས་པོ་  
 ཟེར། །མི་གཡང་ནོར་གཡང་འབབ་བ་ཡིན། །ལྷ་ལུ་མོ་རྒྱུན་དང་བཅས་བ་  
 དེ། །ཕྱིར་ལ་སྒྲོ་ཁ་འཆུས་བ་ཡིན། །གཡང་ཉམས་ངོ་ཡོད་ངན་ན་ཡང་། །  
 འཁྱིའ་མག་པར་ཤིན་ཏུ་བཟང་། །དུག་གཡང་འབྲུམ་སི་ལི་རྒྱུན་དང་བཅས། །  
 བཅན་པོའི་ཁབ་ཏུ་བཞེས་བ་ཡིན། །བདུན་སྟག་མོའི་ལྷུ་མས་སུ་སྟག་ལྷག་  
 ཞུགས། །གསོལ་ཐང་ཆེ་ལ་དཔའ་རྩལ་ལྡན། །པོ་ཐང་པོ་གཡེམ་མོས་བསྐྱས་  
 ཞེས་བས། །པོ་སྒོ་མོ་ཡི་དབང་ཏུ་འགོ། །བརྒྱུད་མོ་སྒྲོན་རྒྱུན་དང་བཅས་བ་  
 དེ། །ཞིམ་མངར་བཅུད་ལྡན་ཟས་དང་འཕྲད། །དགུ་ཕུ་ལུ་མིང་གི་ཀ་བ་  
 དེ། །ཐེའུ་རང་སྒྲོན་དགུས་བརྒྱས་བ་ཡིན། །བཅུ་ཕུ་ལུ་མ་ལྷ་ཕྱིམ་ནོར་གྱིས་  
 གང་། །ཕུ་ལུ་མ་འཇའ་གྱར་འཇའ་གོས་གྱོན། །ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་  
 ལ། །སྒྲོན་རིགས་བཟང་ནད་པའི་མོ་ལ་ངན། །མཁའ་འགོས་སུན་མ་བྱས་  
 བས་སུ། །མཁའ་སྒྲོད་གནས་སུ་འབྱོན་དོགས་ཡོད། །བཅུ་གཅིག་དག་སྒྲ་  
 མོ་ཆས་བྱས། །སྒྲེས་དར་མ་གཡང་མོའི་རུ་མདུ་ཞུགས། །ཕྱིམ་ཏུ་ཟ་ཐང་  
 ཆེན་ཡང་། །ཕྱིས་སུ་སྤར་སྤྲོད་ཤོར་དོགས་ཡོད། །བཅུ་གཉིས་དག་ཡི་ལུ་  
 མོ་ལ། །ཟུན་གྱི་ལུ་པོས་ཆགས་བ་སྤྱད། །རྩན་ལ་འཁོར་གསུམ་ཕྱིན་བ་ཡིན། །  
 བྱང་སྒྲོན་རྒྱལ་མོ་དུར་དུ་འདས། །བཅུ་གསུམ་བག་མ་ཁ་མོ་དེས། །པོ་བརྒྱའི་

སྒོ་སེམས་མར་ལྟར་བཞུས། །སྒྲུ་མོས་ཆ་བོའི་ཡིད་འཕྲོག་ནས། །སྒྲུ་མཚན་  
སྒོ་སེམས་གཅིག་ཏུ་འདྲེས། །བྱད་མེད་དབང་ཆེན་འབྱུང་ངོ་ཡིན།།   
ཀྱེ་བ་བག་ལོག་ལྷི་བྱར་འདི། །ཀྱེ་བ་རྣམས་ཀྱི་རྟོར་དེ་ཡིན། །ལྷ་ཡི་འགར་  
བས་བརྟུང་བ་ཡི། །དག་སློག་གཅོད་བའི་རལ་གྱི་ཡིན། །ལྷ་དང་བརྟུག་ཉིས་  
གར་བབ་ཀྱང་། །ལན་ལད་ན་རྟོར་སོགས་དག་ངོ་ཡིན། །གཉིས་ལ་ན་ལ་མ་  
མཆོད་ཡིན། །གསུམ་ལ་དབྱར་ལ་བེའུ་མེད། །བརྟུག་ཅིག་སྒྲུ་ཆས་དཔའ་ལས་  
བྱེད། །བརྟུག་སུམ་ཡ་རབ་སྦྱིད་བ་ཡིན།།  འདིས་དམུ་ལེ་བྱར་  
གསུམ་ལྷི་བྱར་རམ། །དུན་གྱི་གཡང་དུང་ལྷི་བྱར་ཟེར། །ཁྱི་ན་ར་སེལ་ལེགས་  
བ་ཡིན། །རྩོ་བ་རྒྱ་གྱི་དར་མ་ཡིན། །སྒྲོན་བའི་ལྷགས་ཁྲ་གཤོག་ནག་ཡིན། །  
བརྟུག་ཅིག་ཡ་རབ་དགྲུང་དུ་རེག །ནད་པ་ཡོད་ན་རེ་སྦྱ་ཡིན། །རྩོར་ཆ་བརྟུང་  
ཀྱི་སྦྱང་དུ་བཟང་། །གཡང་གི་རྒྱང་གངས་རྒྱལ་ས་བ་ཡིན། །དེ་ལྟར་རྩོ་མཚོན་  
འདྲ་བ་ཡི། །ལྷི་བྱར་ཉི་ཤུ་ཅུ་ལྷ་པོ། །བརྒྱག་མེད་ཅུ་བའི་མདུད་བ་ཡིན། །  
ད་ལྷི་བྱར་ལན་གྱི་བཤད་བ་ལ། །ལན་ལད་ན་བྱེས་སུ་རྩོ་མཚོན་འཆོར། །གཞི་  
ལ་སྒྲུ་ཆའི་གྱོད་ངོ་ཡིན། །སྒྲུམ་དང་བྱ་རལ་སེ་སྦྱང་དེ། །འདི་གསུམ་ལྷི་བྱར་  
བདུད་གཅོད་ཡིན། །སྦྱར་ནག་སྦྱང་ཁད་ལི་ཡན་གསུམ། །ལྷི་བྱར་གྱི་ནི་ཆོ་  
ཟད་ཡིན། །སོ་ཡོན་སྒོ་བར་རྩྱང་རིགས་ཏེ། །འདི་གསུམ་ལྷི་བྱར་ལྷག་བདུད་  
ཡིན། །དིང་དིང་གལ་བར་སྦྱར་དང་གསུམ། །ལྷི་བྱར་གྱི་ནི་འཕེལ་ཁ་ཡིན། །  
ཕ་ཆོ་ཅེ་ར་ལུ་དག་སྦྱེ། །འདི་གསུམ་ལྷི་བྱར་འཕེན་ཐག་ཡིན། །དགར་ཐོག་

ཅེ་མ་སྤར་བརྒྱུག་གསུམ། །ཁྲི་སྤར་གྱི་ནི་སྒོག་འཛིན་ཡིན། །ལར་ཁྲི་སྤར་  
 ལེན་དུ་དིང་དིང་ན། །དུང་ཁ་གནམ་དུ་འཕུར་བ་ཡིན། །དིང་ནོག་ཁ་གན་  
 རྒྱ་ལ་འབྲུམ། །སྒྲིན་དིང་རྒྱང་གཉིས་ས་ལ་བརྟེན། །གལ་བར་སྒྲུན་གཉིས་  
 གནས་མལ་བདེ། །བྱ་ཡུན་རལ་གྱིར་སྒྲིང་འཛེར་བསྐྱམ། །བྱ་སྤར་ཡ་ཙ་འོད་  
 མདངས་རྒྱས། །མུ་ས་སྒྲིས་སྤར་བའ་ཅུལ་རྒྱས། །སྒྲོ་ཆེ་རལ་གྱི་རྒྱན་དང་  
 ལྷན། །དམུ་དག་རྩོད་མཆོན་དཔའ་ལུང་འཛོམ། །སྒྲིང་དཀར་རལ་གྱི་བྱུང་ཏུ་  
 བརྒྱུག་ །ཆོལ་ཆེ་གྱི་རྩོན་ཤ་དང་འཕྲད། །ཁྱུང་བརྒྱད་དུང་ཁ་ཁྱུང་ལྟར་ཤིང་། །  
 ཨ་ཁད་ལྷགས་ལ་མེ་འོད་འཕྲོ། །རང་སྒྲན་རྩོད་མཆོན་རར་དང་ལྷན། །སྤང་  
 ཟེ་ཁ་ཆོད་འབྲུག་ལྟར་སྒྲོགས། །འགོ་ན་ཁ་ཆོད་སྒྲི་ལ་འཕྲོག་ །ལན་དུ་བྱོད་  
 སྤར་བབ་བ་ན། །ཁྲི་སྤར་ཁ་འོད་གཞུང་ཕྲད་བཟང་། །མི་གཅིག་མི་གཉིས་  
 རེད་བ་ཡིན། །ནག་ཐོག་ཁྲི་སྤར་ར་ཡ་བུད། །ཁྲི་སྤར་རྩོན་པོ་སྤྲོ་བསྒྲིག་ཡིན། །  
 རྒྱ་སྤར་རོ་འཛིན་ལག་བ་བརྟེན། །རྒྱ་བ་མིན་བ་ཀྱན་ལ་རན། །ལར་ཁྲིང་  
 མཆོན་ཆག་དིང་ལ་མཐོ། །སྤུམ་མཉམ་རལ་གྱི་སྒྲིང་ལ་བསྒྲོར། །ཅེ་རྩོད་མཆོན་  
 སྤྲོ་བརྟེན་བྱས། །ཁྲི་སྤར་རྩོད་མཆོན་ཉེར་ལྷ་དེ། །ཤུགས་ཆེན་གོང་ལ་གསེར་  
 བཅི། །ལན་དུ་ཡི་བྱིན་དན་རྒྱང་ཡིན། །གཡུང་དུང་གོ་མཆོན་ར་བ་བརྟེན། །  
 གྱེ་བརྩོད་མཆོན་མི་ལ་འཛོམས། །དེ་རོག་མཆོན་ལ་གསེར་ཅི་རྒྱས། །དམུ་  
 དཔལ་མཆོན་ཆད་གལ་ཐེབ། །སྤུམ་སྒྲོན་ལོང་བས་སྤང་རྩོད་ཤོར། །བྱ་རལ་  
 ཡུལ་མཁར་དགལ་ཤོར། །དེ་ཡང་ནད་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །ལྷ་འབྲེལ་འོད་ཁ་

དེ་རལ། །ལི་ཡན་རྩོམ་མཚོན་སྟིང་འདྲེས་བྱས། །ཤག་ལེ་འབྲོང་གི་རུ་ལ་ཐོག།  
 མར་ལྗིང་རལ་གྱི་འདྲེས་སྟིང་འདྲེས་བྱས། །སྟོ་བར་འབྲོང་སྟོག་ཁྱེན་པ་ཡར། །  
 སོ་ཡོན་པ་རྒྱས་བྱ་གི་ཡིན། །རུ་སོང་རུ་ལྗིང་གཏོང་བྱས་ངན། །མ་ཟེ་རྩོམ་མཚོན་  
 བཅའ་ཡིས་ཟེན། །ན་འབན་མཚོན་ཆ་རྟེན་ནས་ཆག། ~~ཆ~~ རྒྱུར་དཀར་  
 རྒྱུར་ལ་བྱུ་བྱ་འདུས། རྒྱུར་གྱི་ཡར་ལ་དེང་མོ་གལ། །ད་ལྟ་ཡར་ལྗིང་ཞེས་  
 སུ་འབྲོང། །སྟིང་བ་གཉན་རྩེ་གོང་སྟོན་ཡིན། །གནམ་ས་གཉིས་ཀྱི་ཀ་བ་  
 ཡིན། །ཤིང་རྒྱུས་ཡར་ལ་རྒྱུས་བ་ཡིན། །མེ་འབར་ཡར་ལ་འབར་བ་ཡིན། །  
 བྱ་འཕུར་ཡར་ལ་འཕུར་བ་ཡིན། །འབྱུང་བ་རྣམས་ཀྱི་དྲུངས་མ་ཡིན། །ཡ་  
 རབ་ཡར་འགོའི་སྒྲ་མདུད་ཡིན། །ཁ་ནས་གཏམ་སྟན་ག་ར་ར། །མགོ་ལ་  
 སྟག་འཕུ་ཤིག་གི་ཤིག །ལུས་ལ་བཀྱག་མདངས་མེ་རེ། །སེམས་ལ་སྟིང་  
 དགའ་ཁོ་རོ་རོ། །ཁོ་ཡ་རབ་བྱ་ལ་ནོར་བ་མེད། །གར་བབ་བཟང་གི་སྟུང་འདྲེན་  
 ཡིན། ~~ཆ~~ དེ་ཡི་མཁར་རྩེ་གཡས་པ་བརྒྱལ། །གཉན་ཤིང་ལོ་འདབ་  
 རྒྱས་བ་ཡིན། །མ་དང་སྟུ་མོ་ཆེ་རིང་ཡིན། །དེ་འོག་གཉིས་པར་བརྒྱལ་སོང་  
 བ། །མ་དང་བྱ་རུ་མཛེས་མ་ཡིན། །སྟོ་བརྒྱལ་སོང་གི་གངས་ལ་ག། ~~ཆ~~  
 བྱ་ལ་བརྒྱལ་གཅིག་བྱུང་བ་ན། །ཡར་ལྗིང་དབའ་པོ་སྟག་འཕུ་ཡིན། །  
 དབའ་པོའི་སྟག་འཕུ་དགུང་དུ་རྩྱུགས། །སེང་གའི་སྟུ་གུ་ཆར་བ་ཡིན། །འདི་  
 ཡར་དེང་གཉན་ཤིང་རྩ་རྒྱལ་ཡིན། །སྟོན་སྟེན་འཕུ་ལ་བུའི་སྒྲ་མདུད་ཡིན། །  
 གལ་ཏེ་རྒྱུར་ལ་བརྒྱལ་གཉིས་བྱུང། །ཡར་ལྗིང་དགུང་ལ་ཡང་ཐོག་བརྒྱབ། །

མེད་གེ་འདྲ་བའི་མེ་སོད་ནས། །མེད་ཐུག་འདྲ་བའི་རྟ་པོ་ཐོབ། །རང་སེར་  
བཟང་ལ་ཁྱི་སར་ངན། །ལམ་གཅིག་གི་སྟེང་དུ་ཡར་ལྷིང་ན། །རི་རྒྱལ་སྟོན་  
རི་ངད་ལྷན་ཡིན། །བརྒྱག་བཟང་གསེར་གྱི་ཀ་བ་ཚུགས། །གཉིས་ཁྱི་རྩུ་བའི་  
ར་མ་གཉེན་དུ་བསྐྱང་། །མཚན་སེང་གའི་གཡུ་རལ་ཐུར་དུ་གྲག། །རྩེ་ཁ་སྟོན་གྱིས་  
བསྐྱར་བ་ཡིན། །བརྒྱག་ངན་སྟིང་འདྲའི་མི་ལ་ངན། །གསུམ་རྒྱལ་བའི་བ་  
ཁོག་དང་པོ་དེར། །རིན་ཆེན་གཡུ་ཡི་ཀ་བ་ཚུགས། །བརྒྱག་བཟང་རྩུང་རྩུང་  
མི་མཐའ་དར། །བཞི་མཐའ་ཡི་རྒྱ་མཚོའི་ལྷོ་བ་དེར། །ཁོར་བྲུ་གཟི་འབར་  
ཀ་བ་ཚུགས། །བརྒྱག་བཟང་མོ་སྐྱམ་བྲུ་སྟེང་། །ལྷ་བྲག་དམར་རྩ་བར་དབའ་  
མཁར་བཅིགས། །རྩུ་འབྲུལ་ལྷ་བྲུ་རམ་ནས་ཐར། །བརྒྱག་ན་འབྲུགས་ཚོད་  
ཆེན་པོ་འོང། །དུག་པ་བཅུན་འབྲུལ་མོའི་བཞིག་དེར། །བྱུང་ལུང་དདུལ་  
མཁར་ཀ་བ་ཚུགས། །བརྒྱག་ན་འབྲིང་རྩུང་མི་མཐའ་དར། །བདུན་གཡའ་  
སྐྱང་སྟེས་གཅིག་ཀ་བ་ཚུགས། །མ་སངས་སྐྱོན་དགུ་གནས་མལ་བདེ། །བརྒྱག་  
ན་མཁའ་ལ་བ་གམ་ཐོགས། །རྟག་གར་དགུ་ལ་དབའ་བའི་མདུད་བ་ཡིན། །  
བརྒྱད་རི་རབ་ལྷན་པོའི་སྟོག་གིང་ཚུགས། །པ་ཆོན་རྒྱལ་རབས་གསེར་རྩོག་  
ཡིན། །བརྒྱག་ན་བཙན་ཐུག་འཕམ་གསུམ་འཛོམས། །དགུ་ཡེ་རམ་གཉིས་  
གྱི་གཟུ་བོ་ཡིན། །བརྒྱག་བཙས་རྩེ་ས་བྲན་གྱིས་འཛིན། །བཅུ་ཡེ་སྟོན་རྒྱལ་  
མོའི་བཞིག་དེར། །རིན་ཆེན་གསེར་གྱི་ཀ་བ་ཚུགས། །ཆེ་རྒྱད་མི་དར་རྩུ་  
འབྲུབ་ཡིན། །བརྒྱག་བཟང་སེང་གའི་འོ་མ་གསེར་ཟོར་སྐྱུག །ཡེ་སྟོན་གཟི་

མདངས་རྒྱས་པ་ཡིན། །བཙུག་ཅིག་དག་སྒྲའི་དཔའ་མཁར་ཀ་བ་རྒྱགས། །  
བརྒྱག་གཅིག་མཁར་ལ་དཔའ་དར་རྒྱགས། །བཙུག་ཉིས་གཉན་ཤན་ཡི་ཆད་  
མི་ཡུལ་བསྟགས། །བརྒྱག་ན་ལྟ་བུ་དམ་གྱིས་བརྒྱས། །བཙུག་སུམ་བཙོ་  
ལྟའི་ཉ་ཆེན་རྒྱས། །བརྒྱག་བཟང་འོད་བཟང་ཕྱོགས་བརྒྱར་གསལ། །  
ཅང་བཟང་དྲག་སྤུང་དཀའ་བས། །གཡང་གཏའ་བསྐྱམ་ཞིང་བཟླ་ཤིས་  
བརྗོད། །རྟུན་རྟུན་ནད་པ་འཆི་ངོ་ཡིན། །དེ་ནས་ལན་གྱི་དབྱུང་པ་ལ། །  
ཡར་དེང་མོ་ཡི་དངས་མ་ཡིན། །འདི་ལ་འཛིག་མིག་དགྲ་ཙམ་ཡོད། །རྒྱུ་  
དང་བྱ་རལ་སེ་སྟོད་དང་། །ཁྱོད་དང་སོ་ཡོན་ལི་ཡན་དང་། །སྟོ་བར་གསེར་  
བྱ་མར་མྱིང་དགྲ། །འབྱུང་བའི་སྟིགས་མ་དེ་དགྲ་རན། །ཀ་བ་རྒྱགས་འབྲེལ་  
བརྟན་ཙམ་ཡོད། །གཅིག་ལ་ཡར་མྱིང་གཉིས་མར་མྱིང་། །ས་བདག་ཀ་བ་  
རྒྱགས་པ་ཡིན། །གསུམ་ལ་མར་མྱིང་བཞི་ཡར་མྱིང་། །ཀྲུ་ཡི་ཀ་བ་རྒྱགས་  
པ་ཡིན། །རྟུག་ལ་མར་མྱིང་བརྟུན་ཡར་མྱིང་། །ཁྱོད་གི་ཀ་བ་རྒྱགས་པ་ཡིན། །  
བརྟུན་ལ་མར་མྱིང་བརྒྱད་ཡར་མྱིང་། །མི་གངས་ཀ་བ་རྒྱགས་པ་ཡིན། །  
བརྒྱད་ལ་ཡར་དེང་དགྲ་མར་དེང་། །གཉན་གྱི་ཀ་བ་རྒྱགས་པ་ཡིན། །བཙུ་ལ་  
མར་མྱིང་བཙུག་ཅིག་ཡར་དེང་ན། །དག་སྒྲའི་ཀ་བ་རྒྱགས་པ་ཡིན། །བཙུ་  
གཉིས་སྟེང་དུ་མར་མྱིང་དང་། །བཙུག་སུམ་སྟེང་དུ་ཡར་མྱིང་ན། །མཚན་གྱི་  
ཀ་བ་རྒྱགས་པ་ཡིན། །ཁོ་བསྟོག་བྱུང་ན་ཀ་བ་འབྲེལ། །མདོར་ན་མར་མྱིང་  
ཕྱི་སར་བབ། །ཡར་མྱིང་རང་སར་བབ་པ་དང་། །རང་སར་མར་མྱིང་བབ་ན་



ཡང་། །ཡར་ལྗིང་ལན་རུ་བབ་ན་བཟང་། །ཡར་ལྗིང་མཐོ་སར་འཕྱར་ན་  
བཟང་། །མར་ལྗིང་དམའ་སར་འཕྱལ་ན་བཟང་། །ཡར་དྲིང་ལན་རུ་དྲིང་  
དྲིང་ན། །ལྗོན་གྱིང་ཅེ་མོ་དགྲུང་ལ་སྒྲིག་ས། །སྒྲིན་དྲིང་ཀ་མགོ་དོ་ཡིས་མནན། །  
བྱ་ཡུན་ཐེར་མའི་དར་འབྲུ་ཡིན། །བག་བྱ་ཚོག་ལ་དར་འབྲུ་ཚུགས། །བྱ་  
ལུར་གྱིང་ཅེར་ལྷ་བྱ་བབས། །མུ་ས་ཀ་བ་ཀ་ཁུ་འཛོམས། །ཐ་ཚོ་སྒྲིག་གི་  
ཀ་བ་བརྟན། །སྒོ་ཚེ་ཁང་བཟང་ཀ་བས་ཐེག་ །དམུ་དག་དག་བླའི་གོ་མཚོན་  
གསེར་སྒྲུ་དབ། །སྒྲུར་དཀར་ཀ་བ་ཀ་གདན་འཕྲད། །ཚོལ་ཚེ་ཁབ་ཅན་རུ་མ་  
བྲག་སུམ་རུ་སོང་། །ཁྱུང་བརྒྱར་གྱིང་ཅེར་ཁུ་བྲུག་གྲགས། །ཨ་ཁད་སྟག་  
འབྲུ་མེ་ཡིས་ཚིག་ །རར་སྟན་གྱིང་ལ་ལོ་འདབ་འབྲུངས། །སྒང་ཟེ་ཐེར་མའི་  
དར་འབྲུ་ལྷུང་། །བྱོད་ལུར་ཚོག་ལ་ཁྱུང་ཐོར་ཆགས། །སེ་སྟོད་སྟག་འབྲུ་ཁྲག་  
ལ་ལུབ། །ལྗི་ལུར་སྟག་འབྲུ་ཁོལ་རུ་བྱད། །སུམ་མཉམ་ཁབ་གྱི་རྒྱུན་ཐག་  
སྟོད། །ཅེར་ལྗོན་གྱིང་ཅེ་རྒྱལ་འབྲུངས། །གཡུང་རྒྱུང་ཀ་བ་མི་གཡོ་བརྟན། །  
གྱེ་བ་མི་རྒྱུད་ཡར་ལ་དར། །ད་རོག་ལྷགས་གྱི་འཕེལ་གྱིང་རྒྱས། །དམུ་  
དབལ་གཤེན་རབ་ཐར་ལམ་བསྒྲིགས། །སྒྲུམ་རིགས་སྟག་འབྲུ་འཕང་གིས་  
བསྒྲིལ། །བྱ་རལ་སྟག་འབྲུ་སྟེད་རུ་ཆག །ཡི་ཡན་སྟག་འབྲུ་རྒྱུང་གིས་གཏོར། །  
མར་ལྗིང་རྒྱལ་པོའི་གདན་ས་གོར། །མོ་བརྒྱ་རུས་བའི་མཚི་མ་ཡིན། །རི་  
རབ་མགོ་མཆུག་ལོག་པ་ཡིན། །དུང་སང་གཡུ་རལ་ཐུར་རུ་གྱ། །ཁྱི་ནག་  
ར་མ་གྱེན་རུ་འཁྱིལ། །ལ་ཁྱིམ་གཡོག་གིས་བཟུང་དོགས་ཡོད། །ཅི་ལ་བརྟབ་

ཀྱང་དན་པ་ལ། འོད་ནང་ཡོད་པའི་བཙོན་ལ་བཟང་། ཁ་འོག་མི་རྒྱུང་ལ་  
ཁར་ཐོན། ཁྱོས་པོས་མནའ་མ་འཛོག་ན་བཟང་། ཁོ་ལོག་བྱ་བའི་རིགས་  
དང་ནི། རབ་བྱུང་བྱེད་དང་ལྷ་ཁང་ལ། གསེར་འཕྲུ་བཙུགས་པ་མ་གཏོགས་  
དན། སློབ་ར་ཀ་གདན་མཐའ་ནས་རུལ། སོ་ཡོན་ཡུག་སྤི་མཛེ་ཡི་ཕོག་མིག་  
ལྟ། མ་ཟེ་ཀ་བ་མེ་ཡིས་ཆོག ཁ་འབན་ཀ་བ་སྐད་ནས་ཆག འོད་རིགས་  
སློན་གིང་སྤིན་པོས་བཅད། འག་ནག་གིང་སྤོང་ཅ་བ་རུལ། ~~སློབ་~~ སློ་  
ལས་སྒྱུ་མ་གཉིས་སོ་སོར་ལྷུང་། སྒྱུ་ཀྱི་ནང་ནས་སྒྱུ་མ་ཉམ་ཡིན། སྒྱུ་  
མ་ཉམ་རི་རྒྱུད་རྒྱུག་འདྲར་ཅན། འག་སྒྲ་ལྟགས་སྒྱུད་སློན་མོ་ཡིན། སློན་ལྟ་  
བུད་བུད་ཀར་རིང་ལ་བབ། སློན་པ་ཆང་ལ་བུག་སྒྱུ་ཡོད། ཆེ་བ་ཆེ་གསུམ་  
ཉོར་དུག་ཡིན། འདྲ་བྱུང་གསུམ་གྱི་ཆེ་བ་ཡིན། བརྒྱད་དང་བཅུ་གཅིག་  
གར་བབ་ཀྱང་། འདྲ་ཡི་བྱི་སར་དན་སྤིགས་བབ། འག་ལ་མདའ་ལྷུད་མི་  
དགོས་ཐུང་། འབྲིང་བ་ཅ་མང་ཅུ་མང་ཡིན། འདྲ་བྱུང་གསུམ་གྱི་འབྲིང་  
པོ་ཡིན། བཅུ་གཅིག་བཅུ་གསུམ་གར་བབ་ཀྱང་། ཟུན་རི་བོང་གིས་དག་  
ཡི་སང་གོ་བསྐྱུས། མི་སོད་ནོར་ཐོབ་གཉིས་ཀ་རུས། རྒྱུང་བ་རི་བྱི་སློན་  
མོ་ཡིན། མགྲོགས་པ་བརྒྱ་ཡི་དར་ཐོགས་ཡིན། འར་མ་བརྒྱ་ཡི་མཆོ་སྤར་  
ཡིན། འབྲིས་ཡུན་ཅན་གྱི་སྤེར་མ་ཡིན། ལན་དུ་འཇང་བྱི་སློན་མོ་འཛིགས། །  
སྒྱུ་སྒྱུ་མ་ཉམ་མི་ཡི་ལམ་ཡིན་ལ། ཁད་པའི་དབུགས་གྱི་ཇི་ལུ་ཡིན། །  
རོལ་མཚོ་རྒྱ་བོའི་སྒྲ་མདུད་ཡིན། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་རང་སར་བཟང་། །

~~འདི་ཡི་སྒྲུལ་གཅིག་བརྒྱག་པ་ན།~~ |སྒྲུལ་མཉམ་སྒྲག་མོ་མ་ཐལ་དཀར་  
 ཟེར། |སྒྲུལ་གཉིས་བརྒྱག་ལ་བྱུང་བ་ན། |སྒྲུལ་མཉམ་དུང་སྒྱུང་དཀར་མོ་ཟེར།  
 དུང་སྒྱུང་དཔལ་གྱི་ཆོམ་བུ་ཅན། |ཡང་དག་དག་སྒྲེའི་ལྷ་དོ་ཡིན།  
~~འདི་ཡི་སྒྲུལ་གཅིག་བརྒྱག་པ་ན།~~ |སྒྲུལ་མཉམ་སེལ་སྒྲེར་ཆེན་ཟེར། |དཔལ་  
 བོ་དམག་གི་དག་སྒྲེའིན། |སྒྲོ་བརྒྱག་མི་འོར་ཀླར་ལ་ངན། |ལར་གཅིག་གི་  
 རྟེན་གྱི་སྒྲུལ་མཉམ་ན། |ཆ་ཁང་མེས་གསུམ་སྒྲ་གནས་ཡིན། |ལར་འགོ་  
 དང་ནི་བྱེད་པར་དུ། |རྒྱུར་འོང་དག་གི་ལམ་དོ་ཡིན། |རི་སྒྱུང་རྒྱག་འདུར་  
 མཁྱོགས་དོ་ཡིན། |བརྒྱག་ན་ཆ་ཁང་མེས་གསུམ་ཡུལ་གསུམ་ཟེན། |གཉིས་  
 གཤེན་གྱི་ཟ་ལམ་སྤར་བྲག་ཡིན། |བརྒྱག་ན་ཟ་ལམ་དོད་པས་ངན། |གསུམ་  
 ཡུང་གསུམ་མདོ་ཡི་སྒྱུང་སྒྲོན་ཡིན། |མ་ལ་བྱི་བྲག་སྒྲེའི་ཡིན། |བརྒྱག་ན་  
 སྒྲོན་པོ་ཐལ་བྱུང་བོཅ། |བཞི་མེད་ཡུང་རལ་གསུམ་ཡིན་པས་ངན། |གཡང་  
 ཉམས་པས་རྒྱ་གཡང་བུམ་གཏེར་གཞུག། |བརྒྱག་ན་མེད་ཡུང་ཡོད་ཀྱིས་  
 གང་། |ལྷ་རྒྱན་མོ་མི་ལྷའི་ལག་པ་བརྒྱང་། |བརྒྱག་ན་རྒྱན་ལག་འོར་ཤོར་  
 ངན། |དུག་བཟའ་ཆང་གསུམ་གྱི་སྒྲ་གནས་ཡིན། |བཟའ་ཆོམ་ངན་བྱེ་བལ་  
 གྱི། |དོ་རྩུང་ཟད་ཡོད་པར་བཤད་པ་ཡོད། |བརྒྱག་ན་སྒྲོ་བྲག་འོར་ཀྱིས་  
 གང་། |བདུན་པ་སྒྲུབ་ཉི་པའི་སྒྲ་གནས་དར། |བརྒྱག་ན་པ་སྒྲུབ་དག་ལ་  
 དཔལ། |བརྒྱད་བུ་ཉ་གཉན་གསུམ་སྒྲ་གནས་ཡིན། |བརྒྱག་ན་མིང་པའི་  
 སྒྲ་གནས་དར། |སྒྲོ་བརྒྱག་མི་ཆེན་ཡུལ་མིང་འཛོར། |དགུ་ངམ་གྱི་ལྷགས་སྒྱུང་

མགོ་དགུ་ཡིན། །བརྒྱུག་ན་ལྷགས་སྤྱང་གཟུང་ཆས་ངན། །བཅུ་གཉིས་ཞིང་  
རོལ་གསུམ་སྒོ་ལས་བཟང་། །བརྒྱུག་ན་ཞིང་ལ་འབྲས་དྲུག་སྒྲིན། །བཅུ་  
གཅིག་སྒོན་པའི་དྲུང་སྤྱང་ཡིན། །བརྒྱུག་ན་དྲུང་སྤྱང་རང་ཡུལ་འཁོར། །བཅུ་  
གཉིས་རྟོར་རྒྱན་སྤྲུག་ནས་དར། །བརྒྱུག་ན་རྟོར་རྒྱག་བྱང་ནས་འཚོར། །བཅུ་  
གསུམ་རྒྱལ་པོ་མཆོད་གསུམ་ལག་བསྐྱེལ། །མི་རྟ་ལྷ་གསུམ་འཛོམས་བཡིན། །  
བརྒྱུག་ན་ཡུང་བ་གསུམ་དུ་ནི། །དུས་གཅིག་དམག་རྟ་ཤ་གསུམ་རྒྱུག་ །བཟང་  
དག་ཐུབ་པར་གིན་ཏུ་དགའ། །གཡང་ལེན་ལྷ་གསོལ་ཡག་ཁ་བརྗོད། །མགོན་  
པོ་ལ་ནི་གིན་ཏུ་བཟང་། །དྲུང་སྤྱང་མགོན་ཡག་ཁིམ་དུ་སྒྲིབས། ~~མཁྱེན་~~  
སུམ་མཉམ་སྒྲིང་རྟོར་དུ་སོང་། །རྟོར་གསུམ་མཉམ་འདྲེ་ལམ་ནག་པོ་ཡིན། །  
ལྷགས་སྤྱང་སྤྱན་གསུམ་རྒྱང་བ་ཡིན། །རང་སར་ཅི་ལ་བཏབ་གྲང་ངན། །  
འདི་ཡི་སྒྲིར་གཅིག་བརྒྱག་པ་ན། །རྟོར་སུམ་སྤྱུག་ཐོག་བརྒྱག་ཅིས་བྱ། །ཡང་ན་  
རྟོར་སུམ་མཉམ་སྤྱུག་མོ་མཁལ་དཀར་ཟེར། །དྲུང་སྤྱང་སྤྱང་པའ་ཐབ་པ་  
ལས། །སྤྱི་ལོར་བྱ་གཟི་འབར་ཐོབ། །སྒྲིར་གཉིས་བརྒྱུག་ན་རྟོར་སུམ་  
མཉམ། །ཟངས་སྤྱང་གསེར་གྱི་ཚོམ་ཅན་ཟེར། །དག་གཞི་ཀུན་ལ་རང་སར་  
བཟང་། ~~མཁྱེན་~~ སུམ་མཉམ་སྒྲིར་གཅིག་སང་དུ་སོང་། །སང་སུམ་མཉམ་  
ལྷ་ལམ་དཀར་མོ་ཟེར། །ལྷགས་སྤྱང་སྤྱན་གསུམ་ཆེ་བ་ཡིན། །ཡང་ན་སྒྲོལ་  
རིང་སང་སྤྱུམ་ཟེར། །འབྲུལ་བ་ལམ་ཞུགས་སྤྱར་དུ་སྒྲིབ། །ཅི་ལ་བཏབ་  
གྲང་བཟང་བ་ཡིན། །འདི་ཡི་སྤྱུམ་ལ་བརྒྱག་གཅིག་སོང་། །དྲུང་སྤྱང་གཡུ་ཡི་

ཆོས་ཅན་ཡིན། །རང་སའི་བཅན་ས་གར་བབ་ཀྱང་། །བྱ་སྐྱེ་མི་ནོར་གཉིས་  
 ཀ་དར། །ཕྱི་སར་ཤོར་ནས་ལན་ལ་ངན། །མི་ཤི་ནོར་ཟད་གཉིས་ཀ་རུས། །  
 སྐྱེད་ལ་བརྒྱག་གཉིས་སོང་བ་ན། །སངས་སྐུ་རྩེ་སྐྱེད་དཀར་མོ་ལ། །བདུད་  
 ཅི་འོ་མའི་ཚུ་རྒྱན་བརྒྱབ། །མྱང་ཕོ་གསུམ་གྱི་མི་འཕེལ་ཞིང་། །དབུལ་ཕོ་  
 གསུམ་གྱི་ནོར་གཡང་ལྷག། །ཤལ་ཆེན་དམག་གི་མོ་འདེབས་ན། །བརྒྱ་གཅིག་  
 བརྒྱ་གསུམ་སྟེང་དུ་གཅེས། །ཁྲི་ཆོ་གསུམ་གྱི་དམག་ལེགས་ནས། །འབུམ་  
 ཆོ་གསུམ་གྱི་གནང་ཐོབ་རུས། །ཕྱི་ས་བཞི་ལ་འདི་བབ་ནས། །རང་སར་སློ་  
 བྲག་སོ་བྲག་ན། །ཕོ་ལྷའི་རྩེ་སྐྱེད་གལ་ལ་ཟེན། །སྟེ་ཆེན་ཚུས་མུར་བཏབ་  
 བ་ངན། །སྐྱེད་མོ་འདྲ་བའི་རྟ་གི་ནས། །འཇའ་ཆོན་འདྲ་བའི་སྐྱ་ཆག་ཡིན། །  
 དག་པ་སྟོང་ལོག་སྟོང་རྒྱག་ཡིན། །སློ་རིང་སངས་སྐུམ་འདི་ཡི་ལན། །སློ་བར་  
 སློ་བརྒྱག་རྒྱལ་གྱི་འདུ་ཁྲོམ་ཞིག། །བྱ་རལ་རྒྱལ་པོའི་སྐྱེད་ལུས་སྤང་། །སྐུམ་  
 བག་སེ་སྟོང་དམེ་ཡི་གྲོད་རྩོ་བབ། །མ་ཟེ་ལེའུའི་དམོད་མོ་ལོག། །ཆོལ་ཆོ་བྱ་  
 བརྒྱག་རྒྱལ་པོའི་རྒྱལ་སྟིད་ཟེན། །སྐུམ་བརྒྱག་རྒྱལ་བྱ་གནང་ས་དང་འཕྱད། །  
 རང་སའི་བཅན་སར་འདི་བབ་ནས། །ཕྱི་སར་སེ་སྟོང་གཉན་ནོར་ཐོབ། །གཅིག་  
 ལ་འདི་བབ་བརྒྱ་གཅིག་ལ། །ཨ་ཁད་ཅི་མ་བབ་བ་ན། །སྟོང་དཔོན་དག་  
 ལྷར་བཅོས་པ་ཡིན། །སངས་གསུམ་སྒོ་ལ་བརྒྱག་སོང་ན། །དུང་སྐྱེད་རམ་པ་  
 ཁ་འཐམ་ཡིན། །ཟ་འདོད་ཁ་ལ་མི་འོང་མོ། །ཅི་བཏབ་ཅི་ལ་ངན་ན་ཡང་། །  
 ལྷག་པར་རྟ་ཕུ་འདེབས་ན་ངན། །རྟ་གི་སྐྱ་ཆག་འཕྱུང་ངོ་ཡིན། །རྟ་པ་སྟོང་

ལེན་སྟོང་རྒྱག་ཡིན། ~~༥~~ རྒྱལ་གཉིས་སད་དུ་གྱུར་བ་ན། ཁས་ཀྱི་རྩ་  
 སང་རྩ་སང་ཡིན། རྩུང་ཁྱུང་གསུམ་གྱི་འབྲིང་བ་ཡིན། དག་སྒྲ་དུང་མི་དུང་  
 ཏྲ་ཡིན། ཁྱུང་པར་ཅན་གྱི་དག་སྒྲ་དེ། དཔལ་ཅུལ་ཅན་གྱི་མི་ལ་འགོ།  
 མཐུད་བུང་རྒྱབ་བརྟེན་གཉིས་ཀ་བུས། འབྲིང་བ་དོམ་མགོ་སྒྲ་སྟིང་ཡིན།  
 བཅུ་གཅིག་བཅུ་གསུམ་གར་བབ་ཀྱང་། ཤེལ་གྱི་བྲག་དཀར་གནམ་རྫོང་  
 དེར། རྩུང་ཁྱུང་ག་ཟན་ཚང་ནས་ཆས། ཁྱུང་ལས་དྲས་པའི་མི་སྟོང་ནས།  
 ཏྲ་རྒྱུང་ཁྱུང་འབྲེས་པ་ཁྱུ་གསུམ་ཐོབ། རྒྱུང་ཁྱུང་ག་ཟུགས་བཞི་དཀར་པོ་དེ། མོ་  
 མ་ང་ཡི་མོ་ཡོན་བྱེད། བཞི་ག་རྣམ་གསུམ་གར་བབ་ཀྱང་། རུ་སྟེ་མི་ལོར་  
 འཕེལ་ངོ་ཡིན། ཁོར་བྱ་བཏུབ་ན་ལོར་འཕེལ་ཡིན། ཆབ་ཆེན་ནད་པའི་  
 མོ་ལ་ངན། ལན་པར་པ་མའི་དག་སྒྲ་ཆོས། ~~༥~~ རྒྱལ་མཉམ་སྟོང་དྲོང་  
 དུ་སྟོང་། རྒྱལ་གཅིག་སད་དུ་སྟོང་བ་ན། ཁས་ཀྱི་བྱི་མིག་ལྷག་དག་ཡིན།  
 དུང་ཁྱུང་གསུམ་གྱི་ཆུང་བ་ཡིན། ཆུང་བ་རྣོ་གཅོད་གཏིང་འབྱོན་ཡིན།  
 དག་སྒྲ་འཛིན་པའི་བྱ་བ་ལྷག་ཡིན། མི་ག་ལེན་པའི་དག་སྒྲ་ཡིན། དམག་  
 རག་གཉིས་ཀྱི་མོ་ལ་བཟང་། བྱི་སར་ཤོར་དུ་མི་དུང་ངོ་། ཤེལ་ཆེན་རག་  
 ལ་ལྷག་པར་བཟང་། ལྷག་གསུམ་དྲ་མ་འཇང་ལ་ཆས། འཇང་པོ་བསད་  
 བས་སྒྲག་ཁྱུ་ཐོབ། ཆབ་ཆེན་ནད་པས་མི་ཐེག་ཅིང་། རག་ཆེན་ཆས་དུས་མ་  
 གཏོགས་པ། བདེ་དལ་མོ་ལ་ཁྱོགས་པར་དཀའ། འདི་ཡི་སྟེར་ལ་བརྒྱག་  
 སྟོང་ན། དག་སྒྲ་དུང་ཁྱུང་དག་འདུལ་ཡིན། ~~༥~~ སྟོང་དྲོང་སྟོང་རྒྱལ་

གཉིས་ཀ། མཐད་དུ་སྤང་བར་གྱུར་བ་ན། རྩོད་མད་ཆེན་ལི་ཤོད་ཀར་བོའམ། །  
 རྩོད་ཆེན་ཅ་ཅ་ཅི་ཅི་ཟེར། མཐད་གསུམ་ཨ་མོ་ལྷ་ལྷ་ཟེར། གསུམ་མཐད་ཡེ་  
 སྒོན་ཞེས་ཀྱང་བྱ། ཆེ་བ་རྩོད་དུག་ཅེས་ཀྱང་བྱ། མཐད་གསུམ་དབལ་ཐོག་  
 ཟེ་ཟེའང་ཟེར། ཁོ་ལྷ་འི་དུང་ཁྱུང་དཀར་པོ་ཡིན། ཆེ་བ་དབལ་བརྟན་ལྷོག་  
 མེད་ཡིན། ཁྱུང་ལ་འདི་ལས་ཆེ་བ་མེད། དུང་ཁྱུང་གསུམ་གྱི་ཆེ་བ་ཡིན། །  
 མཐད་ཁམས་རྣམས་གྱི་གྲོལ་ལུག་ཡིན། ཁོ་ལྷ་རྣམས་གྱི་ཆེ་བ་ཡིན། བརྟ་  
 གཅིག་བརྟ་གསུམ་གར་བབ་ཀྱང་། ལྷ་ཡི་ཡང་ལྷ་ཆོང་ནས་ཆས། དབྱ་ལ་  
 ཆས་ཆེ་དབྱ་ཐུང་ཡིན། རྒྱོད་པོ་འདི་བས་ངར་བ་མེད། དབལ་པོ་མེད་ཐུང་  
 འབར་བ་ཡིན། ལྷ་དང་རྒྱལ་ལས་གས་པ་སོགས། མི་སོད་ཁྲབ་ལ་ཡོ་  
 འབུན་བྱེད། དེ་ཕྱིར་རང་གི་བཅོན་སར་གཅིས། བ་ཁོག་རྣམ་གསུམ་གར་  
 བབ་ཀྱང་། དབྱ་སྒྲས་མི་ངོ་བགྱངས་བ་ཡིན། ཅི་བཟུབ་ཅི་ལ་བཟང་ན་  
 ཡང་། ཆོབ་ཆེན་ནད་པས་ཐེག་པར་དཀའ། གྱི་པོན་སྟག་སྒོག་གྱོན་ངོ་  
 ཡིན། ལྷལ་བདེ་སོས་དལ་གྱིས་ཐིག་པར་དཀའ། གྱི་ངོ་ལུང་ངོ་དབལ་ལྷང་  
 ངོ་། ཡང་འདི་བདུད་ཅི་སྒྲན་གྱི་སྤྲོད་པོ་སྟེ། ཀར་ཁུ་རམ་སྤྲང་ཅི་ཡི། །  
 ཡལ་ག་རྣམ་པ་གསུམ་དང་ལྷན། གཡས་གྱིས་ཆོ་བའི་ནད་རྣམས་སེལ། །  
 གཡོན་གྱིས་གང་བའི་ནད་རྣམས་སེལ། དབུས་མས་འདུས་བའི་ནད་རྣམས་  
 སེལ། སྒྲིན་མདོག་དུག་པོ་འདྲ་བ་རྣམས། སྒྲན་སྤྲོད་འདི་ལ་བསྒྲོར་ནས་  
 འདུག དེ་ལྷར་བརྒྱུག་མེད་ཅ་བ་ཡི། མཐུད་པ་རྣམ་པ་དུག་པོ་འདི། ལུམ་



མཉམ་ལྷགས་སྤྱང་སྤྱན་དྲུག་ཡིན། །ལ་ལས་སྤྱན་གསུམ་སྤྱན་བཞིར་བཞེད། །  
ལྷག་མ་སང་དྲུག་ཉོགས་པར་མཛད། །དོན་ལ་སུམ་མཉམ་སྤྱན་དྲུག་ཡིན། །  
སུམ་མཉམ་ལན་དུ་དིང་དིང་ན། །ལྷགས་སྤྱང་སྤྱན་པོ་འདྲར་ནས་དལ། །  
མགོན་པོ་དག་མེད་ལམ་བདེ་ཡིན། །ཁླ་བ་གསུམ་དུ་བྲེལ་རིང་མེད། །སྤྱན་  
དིང་སྤྱང་མོ་གལ་ལ་ཟེན། །གལ་བར་སྤྱང་མོ་འཛོལ་འོང་གི། །བྱ་ཡུན་ལམ་ལ་  
ཉིམ་གཤམ། །བྱ་ཡུན་ལུང་གསུམ་ཁླ་བ་གཤམ། །མུ་ས་ཀས་ནས་ལུ་སྤྱི་བཟང་། །  
མཚོ་དག་ལྷ་མ་དུང་དང་ཐད། །སྤྱོད་ཀྱི་མོ་ནགས་དང་འཛོམས། །དམུ་  
དག་སྤྱང་མོ་གདོས་དང་བྱེ། །སྤྱིར་དཀར་རི་སྤྱང་ཚང་ན་ཉལ། །སྤྱིར་ནག་  
རི་སྤྱང་ཁླ་གདོང་ཚུད། །ཚོལ་ཚེ་སྤྱིས་ལུ་གཞུ་མཚོག་ཁ་ནས་བགད། །སྤྱོ་  
བརྒྱག་གིང་འབས་ས་ལ་བྱལ། །ལུ་བརྒྱག་གིང་ཐོག་འབས་ལུ་སྤྱིན། །ལུང་  
བརྒྱང་གཉན་ཀན་ལུ་གཤམ། །ཨ་ཁད་དག་མེད་དོན་མེད་ལམ་བདེ་ཡིན། །  
བརྒྱག་བཟང་མགོན་པོ་ནོར་དང་འཕྲད། །རང་སྤྱན་དུང་སྤྱང་གཟན་དང་  
ཐད། །སྤྱང་ཟེ་རི་སྤྱང་ཚང་ནས་ཆས། །བྱོད་ལུང་ལུ་གྲུ་སྤྱང་གི་འི་ཁ་ནས་  
ཐར། །ལྷི་ལུང་གཙན་གཟན་མཆེ་བ་རྫོ། །ཡར་ལྷིང་སྤྱག་མོ་གནམ་འཕང་  
གཙོད། །སུམ་མཉམ་དག་དོན་སྤྱི་གིས་བསྤྱང་། །དམེ་ཐོག་དམེ་བཞག་  
དེ་ལ་ཟེར། །ཅེ་ར་ལྷགས་སྤྱང་ཅལ་དང་ལྷན། །གཡུང་དུང་སྤྱང་གི་འི་ཚང་  
སྤྱོ་བཙན། །ཁྱེ་བ་སྤྱག་མོའི་རང་སྤྱོག་སྤྱ། །དེ་སྤྱག་སྤྱང་གི་སྤྱུ་མདངས་རྒྱས། །  
དམུ་དབལ་དུང་སྤྱང་མཆེ་སྤྱེར་རྒྱས། །སྤྱུ་བཟང་སེམས་ཁལ་གཉེར་མ་



སངས། །བརྒྱུག་མཚོ་ལ་ཁ་ཞག་ཆགས། །བྱ་རལ་ལྟ་བུ་སྤྲུག་གིས་བསང་། །  
 ལི་ཡན་དུང་སྤྱང་རྒྱུང་གིས་ཁྱེར། །མར་དིང་རི་སྤྱང་བྱི་རུ་སྤང་། །སྒོ་བར་  
 སྤྱང་ཚང་ཤིང་གིས་བསྐྱུང། །སོ་ཡོན་སྤྱལ་ནག་དུག་གིས་བསང། །རུ་སྤང་  
 སྤྲུག་སྤེར་རྩོམ་པ་བརྒྱུང་། །མ་ཟེ་ཕུལ་རིང་མགོན་པོ་དག་དང་འབྲུང། །ན་  
 འབན་སྤྲུག་ཚང་ཐོག་གིས་བཤིག། ~~མུམ་ཁོག་འབྲེལ་གཅིག་ལ་~~  
 ཐིག་གཅིག་འབྲུས། །མོ་རྟ་བག་ལ་སྤོང་བ་ན། །ཅེ་ར་ཞེས་སྤྲུག་གསལ་བ་དེ། །  
 ཅེ་ར་གནམ་ལྷགས་རལ་གྱི་ཡིན། །ལྷག་པོ་ཅེ་མོ་བྱུང་རྒྱལ་ཡིན། །བཅན་  
 པོའི་པ་མཁའ་བཅིགས་མི་ཡིན། །རྩོན་པོ་ངར་གྱི་རྒྱལ་མཚན་ཡིན། །བཅན་  
 ལྷག་ངར་གསུམ་འདི་ལ་ཚང་། །རང་སའི་བཅན་ས་གར་བབ་བཟང་། །བྱི་  
 སར་རྩོམ་ཚོན་དག་ལ་འཚོར། ~~འདི་ལ་བརྒྱུག་གཅིག་བཅས་བ་ན།~~ །  
 ཅེ་ར་སང་ཐོག་རལ་གྱི་ཡིན། །སྤྱུ་རྒྱལ་གཙུག་ན་རིན་ཆེན་ཡིན། །འདི་ཡི་  
 སྤྱིར་གཉིས་བརྒྱུག་བཅས་ན། །ཅེ་ར་འབྲུག་སངས་པ་སྤྱོད་ཟེར། །གནམ་ལྷགས་  
 ཀ་བ་དག་སྤྱིལ་བརྒྱུག །སྤྱིལ་པ་སྤྱུ་པ་སྤྱེད་དེང་། །སྤྱུ་རྒྱལ་གཙུག་ན་རིན་ཆེན་  
 ལ། །དགོས་འདོད་ཆར་ལྟར་འབེབ་བ་ཡིན། །དམག་ངག་ཤལ་ཆེན་རི་  
 ཕྱེད་ཀྱང་། །རང་སའི་སྤྱོད་དུ་བབ་བས་ཆོག །མི་བརྒྱ་བཟུང་ནས་རྟ་སྤྱོད་  
 ཐོབ། །མཚོན་ཆ་ཁྲི་གཅིག་ཐོབ་དོ་ཡིན། །ལར་གཅིག་གི་སྤྱིང་དུ་ཅེ་ར་ན། །  
 ཅེ་ཤིང་བྲ་མ་ལོ་བཟང་ཡིན། །བརྒྱུག་ན་སྤྱི་ཤིང་སྤྱིལ་ལྷག །གཉིས་ལ་རྩོག་  
 ལམ་ཆེར་མ་ཡིན། །བརྒྱུག་ན་རྟ་མཐིལ་ཆེར་མས་ལྷག །མ་རབ་ས་ནས་

དག་ངོ་ཡིན། །གསུམ་ཉིན་གྱི་བྲེ་གུ་མདའ་སྒྲོ་ཡིན། །བརྒྱུག་ན་བྲག་ལ་ལྷ་  
 ཤིང་འབྲུངས། །བཞི་གཡང་གི་དབག་བསམ་ལོ་བཟང་ཡིན། །བརྒྱུག་ན་  
 ཤིང་ལ་འབྲས་བུ་སྒྲིན། །ལྷ་སྒྲིན་གྱི་གུམ་ཤིང་རྒྱས་པ་ཡིན། །བརྒྱུག་ན་རྩོ་  
 མཆོན་དག་ལ་འཆོར། །དུག་ཉིན་གྱི་བྲག་དཀར་ཅེ་མཐོ་ཡིན། །བརྒྱུག་ན་  
 ཡུལ་མཁའ་རིང་དུ་བརྟན། །བདུན་ཅན་དན་ལྷོན་པ་འདབ་རྒྱས་ཡིན། །བརྒྱུག་  
 ན་པ་སྒྲུན་ཡུལ་དབྱས་འཛིན། །བརྒྱད་ལྷ་ཡི་གཡུ་ལྷང་འདབ་རྒྱས་ཡིན། །  
 །བརྒྱུག་ན་གཡུ་སྒྲུན་ལྷ་རོར་འཕེལ། །དགྲ་གཤེན་གཡུ་ཤུག་སྒྲོན་མོར་ལྷ་  
 གསལ་འཁོར། །བརྒྱུག་ན་གཤེན་པོན་བདུད་ཅི་ལོན། །ཤལ་གྱི་མོ་ལ་ཕྱི་  
 དག་ཡིན། །བརྒྱུ་ལ་ལྷ་སྒྲུན་ཆེ་བཅུན་ངོ་སོ་མཐོ། །བརྒྱུག་ན་མོ་བཅུན་ཆེ་  
 རྒྱད་དར། །བརྒྱུ་གཅིག་སྒྲོན་པའི་ཡ་ཆ་དགའ་ལ་འབྱར། །བརྒྱུག་ན་བྱན་  
 མཆོན་རར་དང་ལྷན། །བརྒྱུ་གཉིས་གཡུ་ཤུག་དུར་དུ་འདས། །བརྒྱུག་ན་བྱང་  
 བས་གྱི་ངོ་དག་ངོ་ཡོད། །བརྒྱུ་གསུམ་ནས་སྒྲོན་བང་བ་གང། །བརྒྱུག་ན་  
 མཛོད་འཕེལ་མི་རབས་དར། །བཟང་དྲག་ཐུབ་པར་དགའ་བ་ཡིན། །ད་ཅེ་  
 རས་མི་ཐེག་མདུད་རན་ནི། །ཐང་ལེ་རྒྱ་དོ་ཡི་ཡན་དང། །སོ་ཡོན་སོ་བྲག་  
 རན་སྒྲེ་དང། །བག་ཆོ་སྒྱུ་བོ་བབ་ན་ཡིན། །ཟམ་སོ་བཞི་ཡི་ཅེ་རང་རང། །  
 རང་སའི་སྒྲོ་བྲག་ཤོང་གསུམ་ན། །ཤི་མིག་གསོན་ལ་བལྟས་པ་ཡིན། །ཤི་  
 གསོན་ལག་པ་འབྲེལ་བ་ཡིན། །ཆང་རབ་སྒྲིང་གི་ཅེ་ར་ལ། །བརྒྱུ་གཅིག་ཐོག་  
 ཏུ་སང་ཐུན་ན། །མཚུན་རྟ་འདོད་རྟ་དང་འབྲད་པ་ཡིན། །སྒྲིང་མིག་སྒྲོག་གསུམ་

ཅེ་ར་དང་། བྱི་སར་ལི་ཡན་བབ་པ་ན། འག་པོ་རྒྱ་ཡི་གཡུལ་འཛོམས་  
 ལུས། ཆང་བཅའ་ཅེ་ར་མང་ཐོག་དང་། ཉེ་ཡི་བཙུག་ཅིག་དཀར་ཐོག་ན། རྒྱ་སྒྲིན་པོའི་ས་ཞུ་བཅའ་པ་ཡིན། ལམ་ཅེ་རའི་ལན་དུ་དིང་དིང་ན། རྫོ་མཚོན་  
 ཅེ་མོ་བྱུང་རྒྱལ་ཡིན། སྒྲིན་དིང་མདའ་ཅེ་རོ་ལ་ཐུག་ བྱ་ཡུན་མདའ་ལ་  
 བོད་སྒྲོས་བརྒྱན། བྱ་བུར་བྲག་ལ་མདའ་དར་ཚུགས། བྲུ་ས་རལ་གྱི་དར་  
 ལུང་འཕྲད། ཁ་ཆེ་མཚོན་ལ་སྒྲིང་འཛེར་ས། སྒྲོ་ཆེ་ལྷོན་གིང་ལོ་འདབ་  
 རྒྱས། དམུ་དག་རྫོ་མཚོན་དཔའ་ལུང་འཛོམས། སྒྲིང་དཀར་སྒྲོན་མི་རང་  
 ཡུལ་ཉལ། ཆོལ་ཆེ་མུང་པོར་བྱ་སྒྲིས་འོག་རྟ་མཁྱེགས། བྱ་བརྒྱག་དཔལ་  
 འདོད་དཔལ་དང་འཕྲད། རྒྱུང་བརྒྱང་ཚོག་ལ་རྒྱུང་འབྲུ་བཙུགས། ཞལ་ཁད་  
 མདུང་ལ་མེ་འོད་འཕྲོ། སུད་ཁམས་གཞུ་མཚོག་ཁ་ནས་བགད། སྒྲང་ཟེ་  
 མདུང་ལ་བ་དན་བཏགས། བྱོད་ལུར་སྒྲོད་དམག་ཁྲེལ་ཐག་ཡིན། ཁེ་སྒྲོད་  
 འག་པོ་རལ་གྱིའི་སྒྲིང་འཛེར་བྱད། དཀར་ཐོག་ཡ་ཆ་ཐུག་གི་དམར། ཁྲི་  
 བུར་རྫོ་ལ་ངར་གྱིས་བརྒྱན། ཡར་ལྗིང་ས་གཞི་མི་ཡིས་གང། སྒུམ་མཉམ་  
 བང་མཛོད་རྩྭ་མོར་སྒྲོན། ཅེ་ར་དག་སྒྲར་གཡུ་ལུར་ཚུགས། གཡུང་དུང་  
 གཡུ་ལུག་ར་བས་བསྒྲོར། བྱེ་བ་དཔའ་མདུང་རི་ལ་བཙུགས། ད་རོག་བང་  
 མཛོད་ལོར་གྱིས་གང། དམུ་དཔལ་རྩ་མདའ་བྲག་ལ་ཚུགས། སྒྲུམ་རིགས་  
 སྒྲིས་བྲུ་གཞུ་མཚོག་ཁ་ནས་དུས། བྱ་རལ་སྒྲག་ཆང་བྱི་ཡིས་བཛིས། ལི་  
 ཡན་ཅན་དན་དབྲུག་པ་ཆག གཞུ་མཚོག་ཁ་ནས་སོ་རོག་ཡིན། མར་ལྗིང་རྫོ་

མཚོན་ཅེ་མོ་རུལ། སྒོ་བར་ལྡོན་གིང་ཅ་བ་སྐམ། སོ་ཡོན་བང་མཛོད་ལུན་  
 བས་ཁེབ། རུ་སོད་གཡང་མཛོད་བདུད་གྱིས་བརྒྱས། མ་ཟེ་ལྡོན་གིང་སྐྱ་  
 རེས་གཅོས། ཁ་འབན་བང་མཛོད་ཐོག་གིས་བཤིག་གཞན་ཡང་སང་  
 དང་བྲག་རིགས་ལ། ཅེ་རེའི་མིང་ཐོགས་ཡོད་ན་ཡང་། སྒྱ་ཞིབ་ཅ་བ་འདིར་  
 མི་གཏོགས།  ཐི་གུ་སྐུམ་སྒྲེལ་ལྷགས་ཐག་ཏུ་བྱུང་། དབུས་མས་  
 གུ་གསུམ་མོ་ཡི་ཁོག་ལ་འཇུས། དཀར་ལ་རུ་ཐོག་གཡུང་དྲུང་དེང་མོ་གཡ། །  
 ཤར་ཕྱོགས་གཡ་གསས་བཙན་པོའི་བླ་མ་དུད་ཡིན། དྲུང་སྒོང་ཕྱི་ཕྱི་བདར་  
 བདར་ནས། མཚལ་གྱི་དྲ་བ་བཅུག་པ་འདྲ། འདི་ནི་དྲུང་རྟ་མཚལ་བྲ་ཡིན། །  
 ལྟ་རིགས་གཉན་གྱི་དངས་མ་ཡིན། རྒྱུང་ལ་འདི་བས་ཆེ་བ་མེད། རྒྱུང་  
 ཚང་གོང་མར་བབ་ན་གཅོས། རྒྱུང་ཚང་གོང་མ་བཅུ་གཅིག་ཡིན། བྲ་ཚ་  
 དར་ཐོག་ཚར་ངོ་ཡིན། ཤལ་ཆེན་དམག་གི་མོ་འདེབས་ན། བཅུ་གཅིག་  
 བཅུ་གསུམ་སྟེང་དུ་གཅོས། ཁམ་མཁའ་གང་བའི་དམག་ལེགས་ནས། །  
 གནམ་སྟེང་རལ་གྱིས་གཤག་པ་ཡིན། སྤྱི་སར་སྒོ་ཐུ་གདན་རིགས་ན། །  
 ས་སྟེང་གནངས་སུ་ཐོབ་པ་ཡིན། ཆོ་འདིར་ཅི་བསམ་འགྲུབ་ངོ་ཡིན། སྤྱི་  
 མ་བདེ་བ་ཐོབ་པ་ཡིན། གར་གསས་བཙན་པོས་དྲུང་རྟ་ཆིབས། ཤར་  
 ཕྱོགས་གིང་གི་འདྲེན་སྟོན་བྱེད། ཤར་དྲི་ཟའི་གདུག་པ་ཁ་གཏོན་མཛད། །  
 རྩོམ་རིགས་ཀྱི་མོ་མ་དུད་ཡིན། བརྒྱག་བཟང་གཡུང་དྲུང་ནོར་བུ་ཡིན། །  
 ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་དངོས་སུ་ཡིན།  སྐུ་མའི་ཐི་གུ་གཉིས་ཀྱིས་ཁོག་

ལ་འཇུག། རུལ་དགར་ཐོག་གཡུང་དྲུང་དིང་མོ་གལ། ཁྱོ་ཕྱོགས་གནམ་སྐས་  
 དབྱིངས་རུམ་སྒྲ་མདུད་ཡིན། རུང་སྒྲོང་ཕྱི་ཕྱི་བདར་བདར་ནས། གཡུ་ཡི་  
 སྤྱ་བར་བརྟུག་པ་འདྲ། འདི་ནི་དུང་རྟ་མོ་ཁྱ་ཡིན། རུང་ཁུང་སྒྲུ་ལ་སྤྱིད་པ་  
 ཡིན། ཡིད་བཞིན་མོར་སྤེལ་བར་བ་ཡིན། རྩམ་ལས་གྲུབ་པ་མ་ལགས་ཏེ། ཡང་དག་དོན་གྱི་མོར་སྤེལ་བ་ཡིན། གནམ་སྐས་དབྱིངས་རུམ་ཆེན་པོ་དེས། ཕྱག་ན་ཆོས་ཀྱི་པོ་ཏེ་བསྐྱམས། འཛམ་སྤྱི་གིས་འདྲེན་རྟོན་ཕྱེད། ཁྱོ་  
 བ་གཤིན་རྗེའི་གདུག་པ་འདུལ། རིན་ཆེན་རིགས་ཀྱི་མོ་མདུད་ཡིན། བརྒྱག་བཟང་མོར་སྤེལ་བར་འབེབས། ~~འཇུག་པ་~~ གསུམ་གཤིད་སྤུས་སྤུམོ་  
 ཁོག་འབྲེལ་བན། ཏར་གཏུར་ཐོག་གཡུང་དྲུང་དིང་མོ་གལ། རུབ་ཕྱོགས་  
 གསལ་རྗེ་མང་པོའི་སྒྲ་མདུད་ཡིན། རུང་སྒྲོང་ཕྱི་ཕྱི་བདར་བདར་ནས། ཕྱགས་ཀྱི་སྤྱ་བར་བརྟུག་པ་འདྲ། འདི་ནི་དུང་རྟ་མོ་ཁྱ་ཡིན། བྱ་ཏིག་སྤྱིང་  
 བའི་དོ་གལ་ཅན། གཡུང་དྲུང་སྤྱིད་པའི་མ་དེ་ཡིན། གཡུང་དྲུང་ནང་ནས་རྩུང་  
 ཟད་ཞན། རུབ་ཕྱོགས་གསལ་རྗེ་མང་པོ་དེས། རུང་རྟ་ཆེན་ནས་རུབ་  
 ཕྱོགས་འདྲེན། རུབ་ཀྱི་སྤྱ་གདོན་གདུག་པ་འདུལ། སྤྱི་རིགས་ཀྱི་མོ་མདུད་  
 ཡིན། བརྒྱག་བཟང་བཟླ་གིས་མོར་སྤེལ། འོད་ཟེར་ནམ་མཁའ་ཁྱབ་དོ་  
 ཡིན། ~~འཇུག་པ་~~ གསུམ་པོའི་མཐའ་གཉིས་མོ་ཁོག་ལ་འཇུག། རུ་ཐོག་  
 གང་མེ་གཡུང་དྲུང་དིང་མོ་གལ། ཡང་ན་རུ་ཐོག་རུ་སྐྱེས་གཡུང་དྲུང་ཟེར། རུང་ཕྱོགས་སྒྲོང་སྐས་རྩམ་པའི་སྒྲ་མདུད་ཡིན། རུང་སྒྲོང་ཕྱི་ཕྱི་བདར་

བདར་ནས། །ཟངས་ཀྱི་བྱ་བར་བརྩལ་བ་འདྲ། །འདི་ནི་དྲུང་རྟ་དམར་ཁ་  
 ཡིན། །ཤིང་དང་སྤྲ་དང་ལྷུང་དང་གསུམ། །ཅུ་བ་འདི་ལ་སྤྲལ་བ་ཡིན། །  
 དྲུང་ལྷུང་སྤྲ་བའི་ནོར་བུ་ཡིན། །ཡང་དག་ནོར་བུ་ཆེ་བ་ཡིན། །རྩམ་གྱིས་  
 བསྐྱབ་བ་མ་ལགས་ཏེ། །བསོད་ནམས་སྟོབས་ལས་རང་གྲུབ་ཡིན། །འོད་  
 དང་ཟེར་ལས་གྲུབ་བ་ཡིན། །ཁྲིད་གསས་ཁམས་བ་གནམ་རྟ་ཅན། །སྒྲིམ་  
 སྟན་གྱི་འདྲེན་སྟོན་བྱེད། །གཞོད་སྒྲིམ་འདུལ་ཞིང་རྒྱ་ཁམས་དབང་། །ཀམ་  
 རིགས་ཀྱི་མོ་མདུད་ཡིན། །བརྒྱལ་བ་ཟང་ནོར་བུའི་རྒྱལ་མཆོན་ཚུགས། །  
 །སྤྲུལ་སྤྲུལ་ཆོམ་འབྲེལ་ནས་སྤྲ། །དེ་ཡི་གཉིས་སམ་གཅིག་གིས་  
 ཁོག་ལ་འཇུས། །བཀྲ་ཤིས་དོན་གྲུབ་གཡུང་དྲུང་དིང་མོ་གཡ། །དབུས་ཀྱི་  
 དབལ་གསས་དབུ་དགུའི་སྒྲ་མདུད་ཡིན། །གཡུང་དྲུང་འཆི་མེད་སྒྲིམ་བ་  
 བཅན་པོའི་སྒྲ། །ལ་ལས་གཡ་བར་བརྒྱལ་དུག་ཁ་སྒྲོད་ཟེར། །དྲུང་སྒྲོད་བྱི་  
 བྱི་བདར་བདར་ནས། །མཆོང་གི་བྱ་བར་བརྩལ་བ་འདྲ། །དབལ་གྱི་ར་སྒྲིམ་  
 ཁམས་བ་ཞོན། །དེ་བཞིན་རྟ་ཡང་ཁམ་བ་ཡིན། །གཡུང་དྲུང་ནམས་ཀྱི་ལ་  
 དེ་ཡིན། །སངས་རྒྱས་རིགས་ཀྱི་མོ་མདུད་ཡིན། །བརྒྱལ་ན་མཆོག་སྤུང་དངོས་  
 གྲུབ་ཐོབ། །འདི་དབུས་ཚུགས་ས་ཁམས་མཁའ་ཁམས་དབང་། །གནམ་སའི་  
 གདོན་འདུལ་འགོ་ཀུན་འདྲེན། །སྤྲིད་བཡོངས་ཀྱི་ལྷ་ཆེན་ཡིན། །དེ་ལྟར་བརྒྱལ་  
 མེད་མདུད་བ་ལྷ། །གཡུང་དྲུང་གསས་ཆེན་སྤེ་ལྷ་ཡིན། །གཞན་ཡང་ཐེ་གུ་  
 གསུམ་ཕན་ཆད། །སོ་སོ་ཁོག་ལ་འབྲེལ་བ་དང་། །གསུམ་ཕན་ཆད་ལུ་གྲུང་

དུ་ནི། །སྒྲོ་མོ་སྒྲོ་མ་ཆད་པར་འབྲེལ། །འབྲེལ་ལུགས་བཟང་པོ་ལལ་ཆེ་བ། །  
 གཡུང་དྲུང་རིགས་སུ་གཏོགས་པ་སྟེ། །དབེར་ན་མུ་ས་ཅོད་པན་དང་། །ཕ་  
 ཆོ་རྒྱལ་བ་ཡབ་སྐུ་ས་དང་། །དེ་ཡི་སང་འདོགས་གཉིས་ཀར་ཟེན། །  
 སྒྱེར་སྒྲུང་མ་བུ་པན་ཚུན་འབྲེལ། །གཡུང་དྲུང་སྒྱེར་ལེབ་མདུད་པོ་ཆེ། །སྒྲོ་  
 ཆོ་དང་སམ་འཕུར་ཤེས་དང་། །གཡུང་དྲུང་གཡུ་འོད་ལི་ཡན་དང་། །ཟུར་  
 གསུམ་རིགས་ཀྱི་སང་སྒྱུ་མ་ལྷ། །བྱ་རལ་བྱུང་བརྒྱུད་བྱ་བུར་སོགས། །སོ་སོ་  
 མདུད་པའི་སྒྲེ་ཆོན་ལ། །གཡུང་དྲུང་རིགས་སུ་གནས་པ་དག་ཤིན་ཏུ་མང་པོ་  
 ཡོད་པ་ནི། །སོ་སོ་འི་སྒྲེ་ཆོན་ནང་དུ་གསལ། །བརྒྱུག་ལ་དཀར་ཐོག་སྒྲུན་  
 གསུམ་པོ། །གཡུང་དྲུང་རིགས་སུ་གནས་པ་ཡིན། །བྲག་སང་རྩྭ་ལའང་  
 འདི་འི་རིགས་ཡོད། །འདི་ནི་གཡུང་དྲུང་རང་རྒྱ་བ། །གསས་ཆེན་ལྷ་པོ་ཁོ་ན་  
 ཡིན། །གཡུང་དྲུང་རིགས་སུ་གཏོགས་རྣམས་ཀྱང་། །གཡུང་དྲུང་བཤད་པ་  
 ཐོབ་པ་ཡིན། །གཡུང་དྲུང་རི་རབ་འདྲ་བ་ལ། །བརྒྱུད་ཅུ་ཡོད་ཅེས་འགའ་  
 ལས་གསུངས། །ཞིབ་པར་ཐེན་མང་དུ་འོང་། །ལར་གཡུང་དྲུང་སྒྲ་ཡི་ཡང་  
 སྒྲ་ཡིན། །གོ་ཁབ་ཡོངས་ཀྱི་རྒྱན་ཐག་ཡིན། །མཆོན་རྣམས་པོ་རྣམས་ཀྱི་རར་  
 རྒྱ་ཡིན། །བྱ་དཔའ་པོ་དག་གི་ཡ་ཐོད་ཡིན། །རྟ་མགྲོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུག་  
 སོ་ཡིན། །སྒོག་གི་དམུ་ཐག་འབྲེལ་བ་ཡིན། །ལུས་ཀྱི་དབག་བསམ་ལོ་རྒྱས་  
 ཡིན། །ཁོར་གྱི་གཡུང་དྲུང་རབ་ཡིན། །བསོད་ནམས་ཁོར་བུའི་ཐེང་བ་ཡིན། །  
 དཔལ་གྱི་ལ་ཐོད་གྲོན་བ་ཡིན། །སྒྲོ་བས་ཀྱི་སྐྱ་རགས་བཅིང་བ་ཡིན། །སྒྲན་

གྲགས་རྒྱུ་རྩལ་དུང་གསུམ་ཡིན། ཆོས་ཀྱི་དབལ་བེའུ་མིག་མང་ཡིན། །ལྟ་  
 མི་གཤེན་གསུམ་འབྲེལ་བ་ཡིན། །བདེ་སྦྱིད་སྟོན་གསུམ་འཛོམས་བ་ཡིན། །  
 ཟས་ཅོར་ཆོས་གསུམ་འཛོམས་བ་ཡིན། །བྱ་འཁོར་ཆོ་གསུམ་འཛོམས་བ་  
 ཡིན། །གཡུང་དྲུང་ཡུལ་གྱི་མི་ཆེན་ཡིན། །བརྒྱལ་ལན་རེ་བྱོན་ཅན། །  
 དངོས་གྲུབ་བཀྲ་ཤིས་དགའ་སྟོན་ཡོད། །ཡག་ཁ་བརྫོང་ཅིང་སྟོན་མོ་བྱ། །  
 གཡུང་དྲུང་ཡུལ་གྱི་མི་ཆེན་དེ། །རྒྱལ་འདུར་ལང་ན་མི་བཅུན་ནོ། །གཡུང་དྲུང་  
 ཕྱིན་མེད་པར་འདྲེས། །ལན་དུ་གཡུང་དྲུང་རིགས་བབ་ན། །གཡུང་དྲུང་ཐལ་  
 བས་ལན་མེད་ཡིན། །དེ་ལ་གདོས་ཐག་སྟོན་གསུམ་དགོས། །སྦྱིར་དང་སྦྱིན་  
 དིང་གལ་བར་གསུམ། །སྤང་གསུམ་དག་དུ་བབ་ན་ཡིན། །དེ་མེད་ན་བཟང་  
 བོའི་བརྟུང་ཤོར་ཡིན། །གཡུང་དྲུང་ཕྱིན་མེད་པར་འདྲེས། །ལན་དུ་ངན་  
 སྟིགས་བབ་བ་ན། །གཡུང་དྲུང་མགོ་སྦྱོར་བྱུང་བ་ཡིན། །དེ་ལ་སྒྲུལ་བོ་མ་  
 སང་དཔྱད་ཆུ་དགོས། །དེ་གྱེ་བ་སང་དེ་ཨ་ཁད་ཡིན། །སྤང་གསུམ་དག་དུ་  
 གཡུང་དྲུང་རིགས། །སྦྱོང་གསུམ་སོ་ཡོན་རིགས་བབ་ན། །གཡུང་དྲུང་རི་  
 བོ་འདྲ་བ་དེ། །གནང་ས་མེད་ཐུན་པར་བཏང་བ་ཡིན། །དེ་ལ་གཡུང་དྲུང་  
 གསལ་བའི་སྦྱོན་མེ་དགོས། །བརྟུ་གསུམ་གསལ་བ་སྟེ་བཞི་ཡིན། །དེ་བྱ་  
 ཡུན་བྱ་བུར་ཐུས་དང་། །བང་མགྱོགས་བ་དང་བཞི་བོ་ཡིན། །གཡུང་དྲུང་  
 ཡུལ་གྱི་མི་ཆེན་ལ། །མི་ཆེན་ས་མཐའ་མ་འབྲལ་དགོས། །གཡུང་དྲུང་བརྟུང་  
 བས་བྱི་སར་བབས། །བྱང་པར་ལན་དུ་བྱ་རལ་ན། །གཡུང་དྲུང་ཁོལ་དུ་བྱང་




ཅེས་བྲ། །གཡུང་དྲུང་སྦྱིད་པོའི་ས་ཡུལ་དུ། །སྤྲུག་གིས་མགོ་བརྒྱུ་བྱས་པ་  
 ཡིན། །པ་ཡུལ་མི་ལ་ཤོར་དོགས་ཡོད། །དེ་ལ་གཡུང་དྲུང་འབྲུམ་པའི་སྦྱོད་  
 གཅིག་དགོས། །དེ་ནི་དེ་ལན་དིང་དིང་བབ་ན་ཡིན། །གཡུང་དྲུང་བྱ་རྒྱལ་ཁྱུང་  
 ཆེན་ཡིན། །ཁྱུང་ཆེན་ཐེང་ལ་མ་བབས་དགོས། །དེ་གཡུང་དྲུང་ཕྱི་སར་བབ་  
 པ་ཡིན། །རང་སར་ཟག་ཟེན་གོད་ཁ་འོང་། །དེ་ལ་འཛིན་པའི་འབྲུག་གྲུ་  
 དགོས། །རང་སར་ཕ་ཆོ་དཔའ་མདུང་ཡིན། །ལར་གཡུང་དྲུང་ན་མས་གྱི་  
 སྤེ་རིགས་ལ། །མི་འགྲེལ་བ་ཡི་ཀ་བ་གསུམ། །ཅེ་ར་ཕ་ཆོ་ཡར་ལྗོང་ཡིན། །  
 མི་འགྲེལ་བ་ཡི་བརྟན་མར་གསུམ། །སྦྱིན་དིང་སྦྱིང་དང་གལ་བར་ཡིན། །  
 མི་འཐོར་བ་ཡི་སྦྱོད་གསུམ་ཡོད། །དིང་དིང་སྦྱོ་ཆེ་མུ་ས་ཡིན། །གཡུང་དྲུང་  
 ལན་ཏུ་དིང་དིང་ན། །གཡུང་དྲུང་ནོར་བུའི་ཐེང་བ་དེ། །དཔལ་གྱི་སྦྱོད་ཏུ་  
 རྒྱག་པས་བཟང་། །གཡུང་དྲུང་ལན་ཏུ་སྦྱིན་དིང་ན། །གཡུང་དྲུང་དཔའ་  
 མཁར་བརྟན་པ་ཡིན། །གལ་བར་གཡུང་དྲུང་རི་བོ་བརྟན། །གཉན་གྱིས་ཁ་  
 འཛིན་བྱས་པ་ཡིན། །བྱ་བུན་གཡུང་དྲུང་གསལ་སྒྲོན་ཡིན། །གསེར་ལ་གཡང་  
 རྒྱན་བདགས་པ་ཡིན། །བྱ་བུར་གཡུང་དྲུང་རྒྱ་བ་རྒྱས། །བ་སྤྲུ་མུར་ལ་ཐོགས་  
 པ་ཡིན། །མུ་ས་གཡུང་དྲུང་རྒྱར་མ་བཟ། །ཕ་ཆོ་གཡུང་དྲུང་དཔའ་མདུང་  
 རྒྱགས། །སྦྱོ་ཆེ་གཡུང་དྲུང་གདན་དང་འབྲད། །སྤྲུ་ཡི་ཁ་འཛིན་བྱས་པ་ཡིན། །  
 དམུ་དག་གཡུང་དྲུང་ལྟ་ལ་བདགས། །སྦྱིར་དཀར་གཡུང་དྲུང་ར་བ་བརྟན། །  
 ཆོལ་ཆོ་གཡུང་དྲུང་ར་བ་མར་གྱིས་གང་། །ཁྱུང་བརྒྱུད་གཡུང་དྲུང་ར་བ་མཛོ་

ཡིས་གང་། །ཁྱུང་ལ་གཤོག་དུག་ཐོགས་པ་ཡིན། །ཨ་ཁད་མྱང་གི་ཕྱེ་གཡང་  
ཐོབ། །རང་སྟན་གཡུང་དྲུང་སྟན་ལམ་བྱེས། །ཁ་འཛིན་པོ་ལྟས་བྱས་པ་ཡིན། །  
སང་ཟེ་གཡུང་དྲུང་འབྲུག་ཏུ་ཕྱིར། །བྱོད་ཐུར་གཡུང་དྲུང་མི་གཅིག་ཁ་ལ་  
ཉན། །ཁྱི་ཐུར་གཡུང་དྲུང་དར་དང་ལྷན། །ཡར་ཁྲིང་གཡུང་དྲུང་ཀ་བ་ཚྭ་གས། །  
གཉེན་གྱིས་ཁ་འཛིན་བྱེད་པ་ཡིན། །སྙམ་མ་ཉམ་གཡུང་དང་དག་བླས་མགོ། །  
ཅོར་གཡུང་དྲུང་ཅེ་མོ་བྱུང་རྒྱུ་ཡིན། །གཡུང་དྲུང་མི་ཆེན་གཤམ་ལ་བསྒྲིགས། །  
ཁྱེ་བ་གཡུང་དྲུང་སློ་ཅལ་རྒྱས། །ད་རོག་གཡུང་དྲུང་གཡང་མཛོད་གང་། །  
དུ་དབལ་གཡུང་དྲུང་དབལ་སྙིང་རྒྱས། །བྱ་བ་རྒྱག་འབས་དུག་ལོ་ཐོག་  
ལེགས། །དེ་རྒྱམས་བབ་ན་ཤིན་ཏུ་བཟང་། །ད་ནི་རན་པའི་དབྱུང་བ་ལ། །  
གཡུང་དྲུང་འཕེན་པའི་མདའ་མོ་དེ། །དེ་ཨར་མོ་ལི་ཀས་མ་མནན་དགོས། །  
ལན་ཏུ་སྒྲིན་དིང་བརྒྱག་རན་ཡིན། །ཐ་མར་མི་སྐབ་གྱེས་དོགས་ཡོད། །  
གཡུང་དྲུང་དབའ་ལོའི་ཡ་ཐོད་ཡིན། །རྫོན་པོ་མཆོན་གྱིས་མ་བཅོམ་དགོས། །  
ལན་ཏུ་མ་ཆོད་པའ་མདུད་སློ་བརྒྱག་ཡིན། །གཡུང་དྲུང་སྒྲིད་པའི་སྐྱུ་མ་ཁར་  
ལ། །ཁང་རྩལ་བྱ་ཆང་མ་བཅས་དགོས། །ལན་ཏུ་སྒྲིར་གྱི་ཐང་ལེ་ཡིན། །  
ཐ་མ་ཡུལ་གཞིས་ཤོར་དོགས་ཡོད། །གཡུང་དྲུང་སྐྱ་ཕྱེ་བདེས་གཤོམས་དེ། །  
མི་ཁས་སྐད་གྱིས་མ་བཅད་དགོས། །ལན་ཏུ་ཐུང་ཁད་བབ་ན་བཅད། །  
གཏམ་རན་ཁམ་རྒྱ་ཕོག་དོགས་ཡོད། །གཡུང་དྲུང་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ལ། །  
དམེ་ཡི་ཁྲག་རྒྱངས་མ་འབྲིགས་དགོས། །ལན་ཏུ་སེ་སྟོད་བབ་ན་འབྲིགས། །

ཐ་མར་ནང་དམེ་བྱུང་དོགས་ཡོད། །གཡུང་རྒྱུང་འཐབ་པའི་བསྐྱམ་ཤིང་དེ། །  
 རན་བྱེད་འབྲུལ་ཡིས་མ་ཐོས་དགོས། །ལན་དུ་ཕྱི་ལ་སྐྱུལ་འཇུག་ན། །ནང་  
 འབྲུགས་ཆེན་པོ་འོང་དོགས་ཡོད། །གཡུང་རྒྱུང་མཐུན་པའི་པ་བྱེད། །མི་མཐུན་  
 མནའ་མས་མ་འབྱེད་དགོས། །ལན་དུ་ཀ་བྲག་རིགས་བབ་པ་ན། །པ་བྲག་ཉིས་  
 པོ་བྱེད་དོགས་ཡོད། །གཡུང་རྒྱུང་བྲག་པོའི་ཟས་ཅོར་དེ། །ཚྭ་ལ་བཅགས་  
 བཞིན་མ་སོང་དགོས། །ལན་དུ་དམུ་བྲག་རིགས་བབ་ན། །ཟས་ཅོར་གཡང་  
 ཉམས་འབྱུང་དོགས་ཡོད། །གཡུང་རྒྱུང་བྲུ་ཡི་གར་དམག་དེ། །བྲུ་ཡི་རི་མགོར་  
 མ་བྱོས་དགོས། །ལན་དུ་མ་ཕྱི་བབ་ན་བྱོས། །འབྲུགས་ན་སྤར་མ་འབྱོས་ངོ་  
 ཡིན། །གཡུང་རྒྱུང་པོན་གྱི་གདན་ཁྱི་དེ། །ནག་པོ་བདུད་ཀྱིས་མ་ཕྱོག་དགོས། །  
 ལན་དུ་ཆུ་སྐར་རིགས་བབ་ན། །པོན་པོའི་པོན་རྒྱུད་ཆད་དོགས་ཡོད། །གཡུང་  
 རྒྱུང་སྒྲུང་དཀར་རོ་མདར་དེས། །ནད་ཀྱི་གཙོང་རོ་མ་བསྐྱང་དགོས། །ལན་  
 དུ་སྐྱུམ་གྱི་བན་རིགས་ཡིན། །གཙོང་དང་དམུ་ཆུའི་ནད་ངོ་ཡོད། །གཡུང་  
 རྒྱུང་སྐྱིད་ཀྱི་ཆུ་མིག་དེ། །ན་ཆུ་ཙག་ཙག་དུ་མ་སྐྱམ་དགོས། །ལན་དུ་མ་སྐྱུམ་  
 བབ་ན་སྐྱམ། །ཐ་མར་མི་རབས་ཆད་དོགས་ཡོད། །ལྷག་པར་འཕེན་པོའི་  
 མོ་ལ་བན། །གཡུང་རྒྱུང་འཕེན་པོའི་ཆུ་མིག་དེ། །བགོས་ནས་ཡུང་རྒྱུར་མ་  
 འཕེན་དགོས། །ལན་དུ་སྐྱུམ་ཆད་བབ་ན་ཡིན། །མི་འགའ་བྱ་མོས་བཟུང་  
 དོགས་ཡོད། །གཡུང་རྒྱུང་ལྷ་རིའི་རྩེ་མོ་དེར། །ནལ་གྱི་ན་བུན་མ་འབྲིགས་  
 དགོས། །ལན་དུ་སྐྱེས་སྐྱི་བབ་པ་ན། །ལྷ་བྱ་བཙོག་གིས་བཟུང་དགོས་ཡོད། །

ལྷག་པར་ཡར་གཏོ་བྱེད་ན་ངན། །གཡུང་རྒྱུད་རྒྱིད་ཀྱི་པ་ཡུལ་དུ། །སྤྲུག་གིས་  
མགོ་བརྩམ་མ་བྱུང་དགོས། །ལན་དུ་བྱ་རལ་བབ་ན་ངན། །པ་ཡུལ་མི་ལ་ཤོར་  
དོགས་ཡོད། །གཡུང་རྒྱུད་གསེར་གྱི་ས་གནི་དེ། །རྒྱུད་ནག་འཕྲུབ་མས་མ་ཁྱེར་  
དགོས། །ལན་དུ་ལི་ཡན་བབ་ན་ཡིན། །ཡུལ་ལ་འཕོ་འཕྲུག་འབྱུང་དོགས་  
ཡོད། །ལྷག་པར་ཡུལ་གསར་འཛིན་ན་ངན། །གཡུང་རྒྱུད་བན་གྱི་གསེར་  
རོར་དེ། །མི་རན་དོར་དུ་མ་ལྷུང་དགོས། །ལན་དུ་གསེར་བྱ་བབ་ན་ངན། །  
དགེ་སློང་ཚུལ་ཁྲིམས་འཆལ་དོགས་ཡོད། །ལྷག་པར་བརྗེའི་མོ་ལ་ངན། །  
གཡུང་རྒྱུད་རྒྱིད་ཀྱི་ཀ་བདེ། །བྱ་རན་མདུན་གྱིས་མ་གྲུག་དགོས། །ལན་དུ་མར་  
སྒྲིང་བབ་ན་གྲུག །མི་རབས་མར་ལ་གྲུ་དོགས་ཡོད། །གཡུང་རྒྱུད་ལྷ་རི་ལྷན་  
བཟང་ལ། །སྤྲུག་གི་ཐུན་ནག་མ་འཁྲིགས་དགོས། །ལན་དུ་སྒོ་བར་ཐུན་བ་  
འཁྲིགས། །དག་ཁྱོད་གཉིས་ཀ་འབྱུང་དོགས་ཡོད། །གཡུང་རྒྱུད་བྱ་ཡི་དམག་  
དཔོན་ལ། །བསྐྱ་ཐིད་ཅན་གྱིས་མ་བསྐྱས་དགོས། །ལན་དུ་ཐོབ་ཡོ་བབ་  
ན་ངན། །དམག་དཔོན་ཁྲེལ་གྱིས་ཕོག་དོགས་ཡོད། །གཡུང་རྒྱུད་གསལ་བའི་  
ཉེ་རྒྱུད། །ཐུན་བནག་པོས་མ་བསྐྱིབས་དགོས། །ལན་དུ་སོ་ཡོན་བབ་ན་  
བསྐྱིབས། །སྒོ་ཉེས་མདུན་ངོ་ཕོག་དོགས་ཡོད། །གཡུང་རྒྱུད་གསལ་བའི་  
རི་མོ་ལ། །བདུད་ཀྱི་ཐལ་བས་མ་གཡོགས་དགོས། །ལན་དུ་རུ་སོད་བབ་  
ན་ཡིན། །གི་ཆད་དག་པོ་འབྱུང་དོགས་ཡོད། །བདུད་ཀྱི་རུ་སོད་ནག་པོ་འདི། །  
གཡུང་རྒྱུད་སྤེ་ལའི་མཐའ་མིག་ཡིན། །གཡུང་རྒྱུད་རྒྱིད་བའི་པ་ཡུལ་དེ། །

དན་བྱེད་བཅན་གྱིས་མ་གཏོར་དགོས། །ལན་དུ་མ་ཟེ་བབ་ན་ཡིན། །དཔོན་  
 དང་གཉེན་ཚན་དག་ལུང་། །གཏན་ཚུས་སྒྲོ་ནོར་ཤོར་དོགས་ཡོད། །གཡུང་  
 རྒྱུད་གཡུལ་རི་བོ་དེ། །གཏོར་གྱི་ཐོག་གིས་མ་བཤིག་དགོས། །ལན་དུ་ན་འབན་  
 བབ་ན་བཤིག་ །སྤེཾ་ཆེན་འཐབ་ནས་འཐོར་དོགས་ཡོད། །གཡུང་རྒྱུད་མ་གཉན་  
 ཐུགས་ཀར་ལ། །དན་རོ་བོན་བེའི་ཁ་ཡོག་མ་བྱུང་དགོས། །ལན་དུ་རྒྱུད་རིགས་  
 བབ་ན་དན། །དག་ཁམ་རྒྱུ་ཁ་ཡོག་འོར་དོགས་ཡོད། །གཡུང་རྒྱུད་མ་བྱུ་ཁ་  
 འཛོམས་ལ། །པ་རྒས་བུ་ཤི་མ་བྱུང་དགོས། །ལན་དུ་བྲག་ནག་བབ་ན་ནི། །  
 པ་རྒས་བུ་ཤི་འབྱུང་དོགས་ཡོད། །གཡུང་རྒྱུད་ཆོར་བ་ཁེ་སྒྱེད་ལ། །ཆོར་ཁེ་  
 མེད་རྩ་བ་མ་ཆད་དགོས། །ལན་དུ་སྒྱུ་མ་བྲག་བབ་ན་དན། །ཐག་རིང་ཆོར་  
 པ་བརྒྱག་དོགས་ཡོད། །གཡུང་རྒྱུད་འབྲས་རྒྱག་ས་བོན་དེ། །བ་མོ་སད་གྱིས་  
 མ་བྱེད་དགོས། །ལན་དུ་སྒྲོ་བརྒྱག་བབ་ན་བྱེད། །འབྲས་རྒྱག་ལོ་ཐོག་ཉེས་  
 དོགས་ཡོད། །གཡུང་རྒྱུད་ལན་གྱི་མཐའ་མིག་རྣམས། །དེ་རྒྱུགས་བབ་ན་  
 དག་གྱོད་མུ་གེ་དང་། །ཡུལ་འཆོར་མི་དག་སྒྲ་ཆོགས་འོར། །འིམ་གྱོར་ཆོགས་  
 བསགས་སྒྲོང་དག་བྱ། །འབྱེད་གཏོར་འབྲམ་དང་བསྐལ་བཟང་འདོན། །  
 ཐུགས་དཀར་གསོལ་ཁིང་བྱ་ལྟང་བཀྲག། །གསས་མཁར་བསྐྱོད་ལ་མར་མེ་  
 འབུལ། །སྒོག་བསྐྱུ་ཅི་མང་སྒྱིན་སྒྲིག་བྱ། །དེ་ནས་མོ་གཞི་ཏུ་ཐིག་བརྒྱུས། །  
 སྒྲར་ཡང་མོ་བཏབ་བརྟག་བར་བྱ། ། ཐིག་ལྷ་ལྷགས་ཐག་བཞིན་  
 དུ་འབྲེལ། །མོ་རྟ་བག་ལ་སོང་བ་ན། །ཁྱེ་བ་རང་ཤག་དཀར་མོ་ཟེར། །ཀྱེ་

བ་རྣམས་ཀྱི་པ་དེ་ཡིན། །ཕྱ་མི་མགོན་དཀར་པོའི་སྤྱོད་མཐུན་ཡིན། །ཕྱ་རྩེའི་  
ཕྱིས་ཀྱི་ཕྱག་ཤིང་ཡིན། །ཕྱ་ཀྱེ་བ་གཉིས་ཀྱི་གྲོལ་ཕྱག་ཡིན། །སྤྱིད་པ་ལྟ་  
ཡི་ཡང་སྟོང་ཡིན། །ནག་པོ་འདྲེ་ཡི་གཉའ་ཚོན་ཡིན། །ཡེ་ཁམས་འདུས་པའི་  
ཕོ་ལྟ་ཡིན། །འོད་གསལ་ལྟ་ཡི་དམག་མི་ལ། །དམག་དཔོན་མི་མགོན་  
དཀར་པོས་བྱས། །མད་ཁམས་རིགས་རྣམས་ཀྱེ་བའི་དམག་ །དུ་བྱག་ཐོད་  
ཡོར་ཀྱེ་བའི་བྱི། །སྤྱོད་མཐུན་བྱ་ཀྱེ་བའི་རྟ། །ཅེ་ར་གནམ་ལྷགས་ཀྱི་བའི་  
གྲི། །གལ་བར་དུང་ཐོད་ཀྱེ་བའི་ཐུང་། །ཕ་ཆེ་ཕོ་ལྟ་ཀྱེ་བའི་དར། །ཕ་ཆོ་  
དབའ་མདུང་ཀྱེ་བའི་མདུང་། །ཆོལ་ལེ་ལུ་གྲུ་དམག་གི་ཟས། །དམག་དེ་ཆ་  
བ་གང་ནས་ཆ། །དམག་ཆང་རི་རབ་སྒྲིད་ནས་ཆ། །བདུན་ལ་ཀྱེ་བ་རང་གས་  
ཡིན། །མད་ཁམས་རིགས་སྤྱག་ཏོགས་པ་ཀྱུ། །རི་པོ་འདི་ལ་འདུས་པ་ཡིན། །  
བརྒྱད་ལ་བབ་ན་པ་ལས་གཅིས། །ལར་འདི་སྟོད་ཀྱི་རང་སར་བབ་ན་བཟང་། །  
གལ་ཏེ་ལན་གཅིག་བབ་སྤྱིད་ན། །གནམ་ས་གཉིས་ཀྱི་འཕེན་ལེན་ཐུབ། །  
འཛམ་བུ་གླིང་གི་ཀ་བ་རུས། །མདུད་པ་རབ་ཡིན་ཐུབ་པར་དཀའ། །དམག་  
འབུམ་ཐུག་གཅིག་གི་དམག་དཔོན་ཐུབ། །ལན་དུ་ཅི་དང་གང་བྱུང་ཡང་། །  
ཁོ་རང་ཅུད་ནས་ཐུབ་པ་མེད། །བཟང་བའི་རབ་ཡིན་བྱིས་རང་། །མི་རབས་  
སྟོང་གི་རྒྱུད་ཀྱང་འཛིན། །མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་གོང་དུ་སྟོན། །ཡ་རབ་རྣམས་  
ཀྱི་རྩེ་དཔོན་བྱེད། །དེ་ལ་ཀེ་ཆ་སོང་ཚུལ་ལ། །ལག་གིས་ཟེན་པའི་སྤྱུ་གྲུ་དེ། །  
བརྒྱག་ན་ཡ་ཆོས་དཀར་པོ་ཟེར། །རང་སར་བབས་ན་བཟང་རབ་ཡིན། །

བྱི་སར་བབས་ན་སྤུབ་པ་མེད། །དེ་འོག་ཐིག་སྤྲན་དཀར་པོ་ཟེར། །རང་སར་  
 བབས་པའི་ཡོན་ཏན་ནི། །གཞན་གྱིས་བསགས་པ་རང་གིས་སྒྲིད། །ཡིད་  
 ལ་བསམ་པ་ཀྱུན་ཀྱང་འགྲུབ། བྱི་སར་བབས་ན་རང་ནོར་ནི། །དག་ཡིས་  
 ཁྱེར་ཏེ་སྤུབ་པ་མེད། །དེ་འོག་ཤེལ་མིག་དཀར་ཁྲ་ཟེར། །རྒྱས་སྤར་རྒྱས་  
 ཐོབ་བཟང་བ་ཡིན། །དག་བྱ་སྒྲོག་བྱ་གང་ལའང་བཟང་། བྱི་སར་བབས་  
 ན་འདུམ་བྱེད་འོང། །རྒྱལ་པམ་མེད་པའི་ངོ་ཡང་ཡིན། བྱི་མ་གཉིས་པོ་  
 གང་བརྒྱག་ཀྱང་། བྱེ་བ་གཙོད་བྱེད་ནག་པོ་ཟེར། །དམར་མོ་ཁྲག་རིས་  
 མཐུར་རྒྱག་ཟེར། །རང་སར་བབས་ན་རང་སྤྱོད་སྤངས་སྤུང་། བྱི་སར་བབས་  
 ན་དག་པོ་འཕྲང་། །དགྲ་ལ་བབས་ན་མོ་མར་ངན། །རྩ་ཏིག་གི་ཡིས་གཏུབ་  
 བས་སྟ། །རྩ་ཐོར་གང་གི་ནང་དུ་སྒྲུག། རྩོགས་མཚམས་སྤུབ་པར་གཏོར་བས་  
 སྟ། །རྩ་ཐོར་གང་བ་ཅིང་ཁ་རྩས་གདབ། །ཁག་སྒྲག་སྒྲོགས་བཞིར་འོ་དོད་  
 བཏང་། །དེ་ལྟར་བྱས་ན་སྤུབ་པར་ངེས། །ཁྱིམ་སྐོར་ས་གང་བབ་དེ་ལྟར་  
 བྱ། །དེ་མེན་གཞན་གྱིས་སྤུབ་པར་དཀའ། །གཏོ་རྟེན་འབྲེལ་ཕན་ཡོན་བསམ་  
 མི་བྱབ། །ལར་ནེ་ཚ་སོང་བ་དབྱིག་གི་རིགས། །མིང་མཐའ་མ་དཀག་ཅམ་  
 ཞིག་ལས། །རྩས་རྒྱན་འབབ་པར་དཀའ་བ་ཡིན། །བབས་ན་བཟང་དྲག་  
 སྤུབ་དཀར་ཞིང་། །དེ་ཡང་མོ་ཁོག་བཟང་ངན་དང་། །བབ་པའི་གནས་དང་  
 བཏབ་བྱའི་ཡུལ། །གཡས་གཡོན་ལ་སོགས་སྤྱད་པར་གྱི། །སྤུབ་དང་མི་  
 སྤུབ་བཟང་ངན་བརྟག། །བཟང་ན་དགའ་སྒྲོན་རྟེན་འབྲེལ་བྱ། །ངན་ན་གཏོ་


བཅོས་རིམ་གྱོ་འབད། །དེ་ཐམས་ཅད་ཀུན་ལ་ཤེས་པར་བྱ། །~~ཐུགས་~~ ཐི་  
 གུ་ལྟ་པོའི་སྟེ་འབྲེལ་ན། །ཀྱེ་བ་རང་ཁྱུག་སྒྲུག་པོ་ཟེར། །ཀྱེ་བ་གཡུང་རྒྱུང་  
 འཁོར་ཆེན་ཡིན། །ཀྱེ་བ་རྣམས་ཀྱི་མ་དེ་ཡིན། །འདི་རི་བོ་བས་ཀྱང་རྒྱ་རེ་  
 ཆེ། །རྒྱ་མཚོ་བས་ཀྱང་གཏིང་རེ་ཟེར། །འཛིན་མེད་གཡང་གི་བང་མཛོད་ཡིན། །  
 མཛོད་མཐའ་ནམ་མཁའི་མཐའ་དང་མཉམ། །རང་སར་ལན་གཅིག་བབ་སྤྱིད་  
 བ། །རི་བདུན་ཅིག་པའི་མྱང་འགྲམ་བྱེད། །མཚོ་བདུན་བརྒྱུད་བའི་ལོངས་  
 སྤྱིད་བྱེད། །བཞི་དྲུག་བརྒྱལ་མ་ཁས་གཅིག་ །ཁྱི་སར་ཤོར་དུ་མི་རུང་དོ། །འདི་  
 ལ་ཁ་ཅིག་སྒྱིན་དེང་ནི། །འབྲི་མིག་འབྲེལ་བ་ཞེས་ཀྱང་ཟེར། །~~ཐུགས་~~  
 ཐིག་བཞི་ལྷགས་ཐག་ལྟར་འབྲེལ་བའི། །དབུས་མ་གཉིས་ལ་ཐུག་སྒྲུས་ཟེན། །  
 ཀྱེ་བ་ཀྱེ་ལེ་འོད་དཀར་ཡིན། །ཀྱེ་བ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲུལ་དེ་ཡིན། །དཔལ་གྱི་རི་  
 བོ་ལྷན་མཐོ་ཡིན། །རི་ལ་དར་ཆེན་བྱར་བ་ཡིན། །གཞན་ཡང་སངས་སྒྲུལ་ཕྱི་  
 བྱར་དང་། །ཨ་ཁད་བྱ་རལ་སྒྲོ་ཆེ་དང་། །ལི་ཡན་རྣམས་ཀྱི་ནང་ན་ནི། །ཐི་  
 གུ་གསུམ་ནས་བཞི་མན་ཆད། །ལྷགས་ཐག་ལྟ་བུར་འབྲེལ་བ་རྣམས། །  
 ཀྱེ་བའི་རིགས་ཡིན་རང་རང་གི། །སྟེ་ཆོན་དག་རྒྱ་མིང་གིས་གསལ། །འདིར་  
 བྱི་ཀྱེ་བ་རང་དབང་བ། །རི་རབ་ཆེ་གསུམ་དག་རྒྱ་གནས། །གཅིག་གི་སྟེང་དུ་  
 ཀྱེ་བ་ན། །དཔག་བསམ་ཤིང་སྤོང་རྒྱས་བ་ཡིན། །གཞིས་ལྷས་འཛིན་ལྷགས་  
 རི་བསྐྱོར། །རི་བཏབ་ཀུན་ལ་བཟང་མོད་ཀྱི། །རིན་ཆེན་ས་ལ་བཞག་བསམ། །  
 མི་བྱབ་གོད་ཁ་འབྱུང་ཀྱང་སྤྱིད། །གཉིས་རིན་ཆེན་ས་ཡི་འོག་རྒྱ་སོང་། །ཤར་





ཕྱགས་སྒྲོ་རི་སྤྱང་སྒོན་མོས་སྤྱེས། དག་མནན་ས་བདག་གྲུ་མཆོད་བྱ། །  
 གསུམ་རི་གསུམ་ལུང་གསུམ་འདུས་པ་ཡིན། །ཆུ་གསུམ་གྱིན་ལ་བབ་པ་ཡིན། །  
 ཆུང་གསུམ་འཕེལ་ཁ་ཆེ་བ་ཡིན། །ཆེ་ཁ་བས་ཀྱང་ཆུང་ཁ་དྲག །བཞི་ཀོང་  
 ཆོ་འབྲུལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཡིས། །མཐའ་ཡི་རྒྱ་མཆོའི་པར་ཁ་ནས། །ཡིད་བཞིན་  
 འོར་བུ་སྟེད་པ་ཡིན། །དཀོར་འོར་བཅའ་ན་རྟེད་དོ་ཡིན། །དག་འབའི་གྲོག་  
 དང་འཕྲད་དོ་ཡིན། །ལྷ་མཐའ་ཡི་རྒྱ་མཆོའི་ཁ་འགམ་དུ། །གསེར་བྱེའི་ཐང་  
 བདུན་རྒྱབས་གྱིས་གཏོར། །རྩ་གཤང་དུང་གསུམ་ལྷག་པ་ཡིན། །དག་གཞི་  
 དུར་གསུམ་ཀྱན་ལ་ངན། །དྲག་པ་བཅུན་ཁོག་པའི་འཕེལ་གིང་ཡིན། །མེང་  
 གཡག་དག་སྒྲའི་དཔའ་རྫོང་བཅན། །ན་གཞོན་མའི་གསེར་ཚོ་གང་བས་  
 བཟང་། །བདུན་ལ་གསེར་གྱི་རི་བདུན་ལ། །སྤངས་གསལ་ཉི་ཟླ་ཉག་ཏུ་འཕོར། །  
 བ་སྟུན་བཅན་ཞིང་ནང་ཁ་གཤིམ། །བརྒྱད་དབུས་གྱི་རི་རྒྱལ་ལྷན་པོ་ལ། །  
 གསེར་གྱི་གཡུང་དུང་ཁ་ཁྱིར་མཛེས། །གཙོ་བོ་སྒོ་ཐུབ་རེ་རེ་སྟེ། །དགྲ་བོན་  
 སྤྱང་འགོ་ཞིང་ལྷ་ཡིས་སྒྲོབ། །གཞན་ལ་ཞང་ལྷ་སྤྱང་མ་ལོག། །བཅུ་གནམ་  
 སྟེགས་ལྷག་པ་ལོ་རྒྱས་ལ། །ཐུགས་དཀར་དུ་དགྲ་འདོགས་པས་བཟང་། །  
 ཁ་རྩེ་ཡར་ལ་དར་དོ་ཡིན། །བཅུ་གཅིག་ལྷ་བུ་རྣམ་འབྱུང་དཀར་བོ་དེས། །  
 མིད་པ་རྒྱོས་ལ་བདབ་པས་བཟང་། །རྒྱོས་གྱི་ལས་ལ་དབང་བ་ཡིན། །བཅུ་  
 གཉིས་ཡེ་ངམ་མཆོམས་སྤྱི་གིང་བཅུ་གས། །བཟང་བོའི་མི་རྒྱུད་ངན་དུ་  
 འགོ། །ཡེ་ངམ་བར་དུ་གཟུབ་སྟེབ། །དག་ཟུན་འབྲུགས་པ་ཡོད་ན་འདུམ། །

བརྩ་གསུམ་ཕྱུང་མི་མགོན་དཀར་པོ་དེས། །གནམ་རིམ་པ་བརྩ་གསུམ་ཡང་  
སྟེང་ལས། །ཡུལ་གྲུ་དགུ་ལ་མི་འདུག་ཟེར། །དེ་མཐོ་གནམ་དང་མཉམ་པ་ཡིན། །  
ཏ་ཅང་བཟང་དྲག་ཆེ་བས་ན། །བཅོན་ཕྱག་མཚོག་ཏུ་འཛོམས་པ་ལ། །ཆེ་མོའི་  
ས་ནས་མར་གྱུ་དོགས། །གཡང་རྒྱབ་བཀྲ་ཤིས་ཡག་ཀ་བརྗོད། །སྤྱིར་གྱེ་བ་  
ཆེ་དགུའི་རིགས་ཡིན་པས། །གྱེ་བའི་རིགས་གྱི་བཟང་པོ་རྣམས། །རང་སའི་  
སྟོད་གྱི་བཅོན་སར་ཅེས། །གྱེ་བའི་རན་རིགས་ཐམས་ཅད་ནི། །སྟོད་གྱི་བཅོན་  
སར་བབ་པ་ན། །མི་ཆེན་བླ་མ་ཡོན་ཏན་ཅན། །དམག་ཆེན་རྒྱས་ཆེན་རྣམས་  
ལ་ངན། །རྒྱས་འཆར་དམག་དཔོན་འཆིང་ཡིན། །གཅིག་གི་སྟེང་དུ་གྱེ་བ་  
དང་། །དེ་ཡི་བརྩ་གཅིག་སྐྱུམ་བབ་ན། །ན་ནིང་རྒྱལ་པོ་གདན་ལ་བཞུགས། །  
ད་ལོ་སྟོན་པོས་སྟོ་ཁ་བརྒྱར། །སོང་སོད་རྒྱལ་སྟོན་གདན་ས་འཆོར། །ད་ལོ་  
མ་ཡིན་སང་མོད་ངན། །བཀའ་འཁྱུར་སྟོག་ཅིང་སེལ་ཕྱེ་ལ། །གདུགས་དཀར་  
བཀྲ་ཤིས་བརྩེགས་པ་འདོན། །ཆེ་ཐར་གཏོང་ཞིང་བྱ་ལྟངས་བཀྲག། །དེ་བཞིན་  
སྐྱུམ་གྱི་ཆ་བརྩུ་ནི། །ལི་ཡན་འཐོར་བ་ལ་སོགས་པའི། །རན་སྡེ་བབ་ན་དེ་  
ལྟར་ཡིན། །བརྩ་གཅིག་དིང་དིང་བབ་པ་ན། །གསེར་ཁར་གཡུ་ཡི་ཁ་བད་  
བཏགས། །པ་རིང་ཕྱག་ལ་བྱ་རིང་འཕེན། །ཆ་བོའི་རིང་ལ་བཅོན་པོ་ཡིན། །  
བཅོན་ཕྱག་འཕེན་གསུམ་འཛོམས་པ་ཡིན། །དེ་བཞིན་བཟང་མདུད་བརྒྱག་  
བཟང་རིགས། །དེ་ཡང་དེ་བཞིན་ཤེས་པར་བྱ། །གཅིག་དང་བརྩ་གཅིག་མིན་  
ན་ཡང་། །གནས་གཞན་ལ་ཡང་དེ་ལྟར་དབྱད། །དེ་སྤྱིར་བཏང་མོ་རྣམས་

ཀུན་ལ་སྐྱུར། །དེ་ནི་ལན་གྱི་དབྱུང་པ་ལ། །ཁྱེ་བའི་ལན་དུ་དིང་དིང་ན། །  
 དུང་ལྷག་མ་གྱི་དཀྱིལ་དང་འབྲང། །སྒྲིན་དིང་རི་ཅེ་རྫོ་ཡིས་མནན། །གལ་  
 བར་དུང་བྲག་ཁ་ལ་སྤང་ཆེན་འགྱིང། །བྱ་ཡན་དུང་བྲག་ཁ་ལ་ཉི་མ་ཤར། །  
 བྱ་ལུང་དུང་བྲག་ཁ་ལ་ལྷ་བ་ཤར། །ལུ་ས་དུང་བྲག་ཁ་ལ་སྐར་མ་ཤར། །ལ་  
 རི་དགོ་ཆང་དེ་དང་འབྲ། །ལ་ཆོ་རི་ལ་མདུང་དར་བྱུར། །སྒོ་ཆོ་མི་ཆེན་བྲི་དང་  
 འབྲང། །དལ་དག་རི་ལ་ལྷག་པུན་འབྱུངས། །སྒྲིང་དགར་རི་ལ་ཡེ་སྒྲོན་  
 བཞུགས། །ཆོ་ལ་ཆོ་རི་མཐའ་ཟས་ཀྱིས་གང། །ཁྱུང་བརྒྱུང་རི་ལ་ཁྱུང་ཆང་  
 བཅས། །ཨ་ཁད་རི་ལ་བྱ་རྟག་དར། །རང་སྒྲོན་ཁྱེ་བ་དམག་ཁྱས་བཟང། །  
 སྤང་ཟེ་རི་ལ་གཡུང་དུང་འཁོར། །བྱོད་ལུང་གཡུང་སྤང་རི་ལ་བུད། །ཁྲི་ལུང་  
 ཁྱེ་བ་མཆོན་དང་ལྷན། །ཡར་ལྗིང་རི་ཅེ་ནམ་མཁའ་མཐོ། །སྐུམ་མཉམ་ཁྱེ་  
 བསྒྲོ་བྲིར་ལྷན། །ཅི་ར་བྱ་རྗེ་འོ་རྫོ་མཆོན་དར། །གཡུང་དུང་བྱ་བཅུད་གཡང་  
 དུ་འཁྱིལ། །ཁྱེ་བ་མི་ཆེན་གལ་ལ་བསྒྲིག། །ཁྱེ་བའི་དན་རིགས་བབ་པ་ན། །  
 ཁྱེ་བ་རང་སྒོག་རང་གིས་བཅད། །འདི་འདྲ་གཞན་མ་ཀུན་ལ་འང་སྐྱུར། །  
 དེ་ལ་རི་ལ་ན་ལུན་འཁོར། །གཡང་གི་རྟོད་ལུང་ལྷགས་པ་ཡིན། །དལ་དཔལ་  
 རི་ལ་དག་བྲུ་འཁོར། །སྐུམ་རིགས་བྲག་རི་ཆུ་ཡིས་བཞིག། །བྱ་རལ་རི་བོ་  
 ཅེ་ནས་ཉིལ། །ཡི་ཡན་རི་བོ་ཁོང་སྟོང་ཡིན། །མར་ལྗིང་རི་ཅེ་པག་གིས་  
 བཞོས། །སྒོ་བར་རི་ལ་དུག་གིང་སྒྲེས། །སོ་ཡོན་རི་མགོ་ལུན་བསགས་ཡོགས། །  
 ཏུ་སོད་རི་བོ་དུམ་ལུང་འཐོར། །མ་ཟེ་བྲག་རི་མེ་ཡིས་ཆོག། །ན་འབན་བྲག་

རི་ཐོག་གིས་གཏོང། །སེ་སྟོང་བྲག་རི་དམེ་ཡིས་མཛོལ། །དྲོང་རིགས་བྲག་  
 རི་སྟོང་བ་ཆད། །ཕ་སྐྱམ་བྲག་ལ་འདྲེ་ཆང་བཅལ། །དེ་སོགས་སྟེ་བཙོགས་  
 གཏོན་གྱི་ནི། །སྒྲ་མདུད་གང་ཡིན་ལན་དུ་རན། །བརྒྱག་བཟང་མདུད་པའི་  
 དངས་མ་བཟང་། །ཀྱེ་བ་རི་རབ་ལྷན་པོ་ཡིན། །བདུད་ཅིང་ལན་ལད་རི་རབ་  
 འབྱེལ། །ཆོགས་བསགས་འབྱེད་སྟོན་མང་པོ་བྱ། །མོ་རྟ་བག་ལ་སོང་ནས་  
 སྟ། །སྐྱམ་གྱི་ནད་དུ་སྤྱུ་གྲག་ཞག། །འཇུས་པ་ད་རོག་ཅེས་སྤྱུ་གྲགས། །དེ་ལ་འང་  
 དབྱེ་བ་འདི་ལྟར་ཡོད།།  མོ་རྟ་བག་སོང་སྐྱམ་གཅིག་ལ། །སྤྱུ་གྲ་  
 སྐྱམ་བཅུགས་འཇུས་པ་ན། །ད་རོག་རང་གག་དཀར་མོ་ཡིན། །ད་རོག་རྣམས་  
 གྱི་གོལ་སྤག་ཡིན། །ཁྲིད་པ་དམུ་ཡི་ཁོག་པ་ཡིན། །དམུ་ཁམས་ཐམས་ཅད་  
 འདི་ལས་གོལ། །ད་རོག་མདོ་ཆུང་གཡུ་ཡི་སྒྲིང་། །ད་རོག་དག་འཆུ་མུན་རུམ་  
 ཡིན། །རིན་པོ་ཆེ་ཡི་ཤ་བ་ལ། །ལྷན་ཆེན་བཙོ་བརྒྱད་ཡོད་པ་ཡིན། །ད་རོག་  
 བོད་གྱི་སྟེ་ཆོན་ཡིན། །དདུལ་གྱི་མི་པོ་དདུལ་རྟ་ཞོན། །རིན་ཆེན་དདུལ་གྱི་  
 རུམ་པ་ལ། །དར་མཆོན་སྒྲ་ལྷས་སྒྲས་པ་བསྐྱམས། །དུང་མི་ལྷན་དཀར་བྱ་བ་  
 ཡིན། །ཁྲིད་པ་ཆགས་པའི་ལྷ་ཞིག་ཡིན། །ལྷ་ཡི་ཡང་ལྷ་དཀར་པོ་ཡིན། །སྟོན་  
 དམུ་རྩེ་རྒྱལ་པོའི་རིང་ལ་བབ། །དམུ་བྲག་དཀར་པོའི་ཡར་སྟེངས་སྟ། །ལྷ་  
 རྒྱག་དུང་གི་རྒྱག་ཤར་དང་། །དམུ་ཡི་སྐྱོན་ཤར་ལྷེམ་པ་གཉིས། །རྩུ་འཕུལ་  
 སྐྱལ་པས་ཐང་གཅིག་བསྟེབས། །ཤེལ་གྱི་ཁུ་འཕང་རྟོག་གཅིག་བྱུང་། །མངལ་  
 སྟོར་ལྷང་ནས་མཁའ་ལ་ཡལ། །དང་པོ་མཁའ་ལ་སྐྱུ་རིང་ཡིན། །གཉིས་པ་འོད་

གྱི་ཚོ་རང་བྱུང་། །དེ་ཡང་ཡར་བ་བྱུང་དུ་སོང་། །བྱུང་ལ་སྐྱུ་ཡིས་བསྟུབ་བ་ཡིས།།  
 མ་ཟེན་མཐུག་སྒྲོལ་ག་བར་ཆད། །སྐྱུ་བྱུང་ཞེ་འགས་དེ་ནས་འགས། །སྐྱུ་ལ་  
 བ་སྟེབ་ཐང་གསུམ་བ་ལ། །དུང་གི་ཤེའུ་ཆུང་གཡུ་ར་ཅན། །ཅུ་མཚོག་ཀྱུ་ཤེའི་  
 ཅེ་ལ་ཟ། །གཡུ་ཆུ་སྒྲོན་མོའི་དྲངས་ལ་འབྱུང་། །ཤོ་ལྷ་དུང་ཤ་རུ་རིང་ཟེར། །  
 ད་རོག་འབྲུལ་གྱི་རང་ཤག་ཡིན། །ལན་ཅིག་བབས་པའི་དུས་གྱི་ཚོ། །ལྷ་ཁམས་  
 ཆགས་ལས་མི་ཁམས་གྲོ་ལ། །ལྷ་དམག་མི་དམག་གི་དང་འབུམ། །སྐྱུ་ཡི་  
 འོད་ལས་མིང་བ་ཡིན། །བྱུགས་ལ་ལུང་གི་སྒྲོ་མོ་གསལ། །ཤལ་ཆེན་དམག་  
 ལ་སྟོད་དུ་དགོས། །སྟེ་མིང་འབྲེལ་ན་བར་དུ་དགོས། །ཡུལ་གཞིས་འཛིན་ན་  
 སྒྲུང་དུ་དགོས། །བདུན་སྟོང་དགུ་བརྒྱའི་ས་མཐའ་ཡིན། །དིང་དིང་ཆེ་པའི་རྒྱལ་  
 པོ་ལ། །འབྲུལ་གྱི་སྒྲོན་པོ་ད་རོག་ཡིན། །ལྷག་བར་སྐྱུག་པོའི་མོ་ལ་བཟང་། །  
 ད་རོག་སྐྱུགས་གྱི་གསེར་ཅི་ཡིན། །ད་རོག་གཡང་གི་རུམ་ཡིན། །གཡུ་མཚོ་  
 སྒྲོན་མོའི་གྲུང་ཁྱིམ་ན། །མཚོ་སྒྲོན་བུ་མོ་མཆེད་ལྷ་ཡིས། །གཡང་གི་ཆར་  
 བ་བབ་བ་ཡིན། །ས་ལ་ལོ་ཐོག་འབྱུང་བ་ཡིན། །འབྲི་གཅིག་འབྲི་བརྒྱར་  
 འཕེལ་བ་ཡིན། །རྩས་གཅིག་རྩས་འབུམ་འཕེལ་བ་ཡིན། །ཀླན་མོས་ཡང་  
 ཆ་མཐོང་བ་ཡིན། །ལྷག་བར་སྟེ་ཆུས་འཛིན་ན་བདེ། །ལྷ་གསོལ་གཡང་  
 འཇུགས་བྱེད་ན་བཟང་། །བྱ་ཁྱི་བྱ་གདང་འཇུགས་ན་བཟང་། །རང་ས་རྣམས་  
 སྐྱུག་བབ་ཀྱང་། །དག་གཞི་སྒྲོར་གསུམ་ཀྱུན་ལ་བཟང་། ། འདི་  
 ཡི་སྐྱུམ་ལ་བརྒྱག་གཅིག་བཅས། །ད་རོག་གསེར་གཞོང་སེར་པོ་ཟེར། །རྒྱལ་

ངོ་འཁོ་ལ་ལ་ཐོད་བརྒྱན། །ཡུལ་ནི་ས་ག་མདོ་དྲུག་དེར། །དུ་ག་ཤེན་  
 རམ་པ་ཐོག་དྲུག་དེས། །འདྲེ་མིན་བྱུང་གསུམ་མུད་ཉིན་བབས། །རིན་ཆེན་  
 མཆོང་གི་མི་ཐོ་ལ། །ཤེལ་དཀར་ན་བཟའ་སྐྱུ་ལ་གསོལ། །ཟེ་འོག་དར་གྱི་  
 གོང་བ་བཏགས། །མུ་ཏིག་དཀར་དམར་ཆོམ་བྱུང་བརྒྱན། །དུང་མོག་འཛང་  
 རིང་དབུ་ལ་གསོལ། །ཡང་རིང་ཆོད་གྱི་ལྷེམ་འཕྱུ་བཙུགས། །ཕྱག་ན་དུང་  
 གི་བ་དན་བསྐྱམས། །བ་དན་ལན་གཅིག་ཕྱར་བའི་ཆོ། །ཤར་གཡང་གསལ་  
 ལ་དཀར་བ་མིད། །ཤར་ལྷ་འོད་དཀར་བྱ་བ་ཡིན། །འདི་ཉིད་རང་སར་རྣམས་  
 གྱི་ནི། །སྟོད་དུ་གནམ་གྱི་ཀ་བ་ཚུགས། །བར་དུ་རི་པོ་མཆོག་རབ་བརྟན། །  
 སྟོད་དུ་གཡུ་མཆོ་ལྷག་མོ་འབྱེལ། །གལ་ཏེ་དེ་ལ་བརྒྱག་གཉིས་བྱུང། །དགུང་  
 སྟོན་འབུམ་གྱི་ལྷེ་བ་བརྒྱག། །སྟེང་ལྷ་ཁམས་ཀུན་གྱི་གྲོལ་ཕྱག་ཡིན།   
 ད་ལོག་རང་ཤག་དཀར་མོ་དེས། །ཕྱུ་གྲུ་གཉིས་གྱིས་ཁོག་ལ་འཇུས། །ད་ལོག་  
 རུངས་གྱི་རུ་ཐོག་གམ། །རྟ་ལྷ་གཡུང་དུང་རྒྱལ་པོ་ཟེར། །བཅོན་པོ་གསུམ་གྱི་  
 ཡུལ་ཟིན་ཅིང། །འཕེན་པོ་གསུམ་གྱི་བྱ་དར་ཏེ། །ཕྱག་པོ་གསུམ་གྱི་མཛོད་  
 འཕེལ་ཡིན། །ལས་ཡིག་ཆོང་ཅན་གྱི་ཀ་བ་ཡིན། །མདོ་རིགས་ཅན་གྱི་རྟ་བདག་  
 ཡིན། །འབྲས་དྲུག་སྟོན་པའི་སྤང་ཆར་ཡིན། །སྤྱུ་ཡུལ་ནི་སེང་སྟོན་མོ་དེར། །  
 སྤྱུ་དུང་གི་གཙུག་མུད་རང་ལ་བབས། །འདི་ལ་བརྒྱག་གཅིག་བཅས་པ་དེ། །  
 བར་སྤང་འཛའ་ཆོན་འོད་འབར་བརྒྱག། །ད་ལོག་རྣམས་གྱི་ཕྱག་རྩི་ཡིན། །  
 བརྒྱག་གཉིས་རུངས་ལ་གསལ་སྟོན་བརྒྱག། །ཡང་དག་ཕྱགས་གྱི་གསེར་རྩི་

ཡིན། ། ~~ཐུག་གསུམ་གྱི་དབྱེད་མས་འཇུག་~~ ། དེ་ལོ་འབྲུལ་གྱི་རུ་  
 དཀར་ཡིན། ། རིན་པོ་ཆེ་ཡི་གུ་བ་ཡིན། ། གྲུ་དྲུག་གི་གཙུག་མུད་རིང་ལ་བར། །  
 རིན་པོ་ཆེ་ཡི་གཏེར་ཞིག་རྟེན། ། གྲུ་རྒྱལ་འབར་བ་བྱམས་ལྡན་ཡིན། ། དག་  
 གཞི་དོན་གསུམ་ཀུན་ལ་བཟང་། ། རང་སའི་བཅོན་ས་གར་བབ་ཀྱང་། ། མི་  
 རོར་གཉིས་ཀྱི་འཕེལ་ཁ་ཡིན། ། དམག་རྒྱ་གཉིས་ལ་སྟོད་དུ་གཅེས། ། བྱི་  
 སར་ཤོར་དུ་མི་རུང་ངོ་། ། བྱི་སར་ཤོར་ནས་ལན་ལང་ན། ། མི་རོར་གཉིས་ཀ་  
 དུས་གཅིག་བརྒྱུག། ། འདི་ལ་བརྒྱུག་གཅིག་བྱུང་བན། ། འབྲུལ་གྱི་ཡི་ཚོར་  
 རུ་བརྒྱུག། ། རང་ས་གར་བབ་མི་རོར་འཕེལ། ། བྱི་སར་ཤོར་དུ་མི་རུང་ངོ་། །  
 གལ་ཏེ་འདི་ལ་བརྒྱུག་གཉིས་བྱུང་། ། དེ་ལོ་ཁྲ་གཤོག་རིང་མོ་ན། ། རྒྱལ་  
 པོའི་དབྱེད་ལ་ལ་ཐོད་བརྒྱུག། ། གཤམ་འབྲུག་རམས་པའི་ལ་ཐོད་ལ། ། རྒྱ་མིན་  
 རམས་པའི་ཁོག་སྒྲིད་བརྒྱུག། ། རྒྱལ་ནག་རེ་འབྲམས་རམ་བཏགས། ། གནམ་  
 རྒྱུགས་འབར་བའི་མཆུ་སྟེར་ཅན། ། མེད་གོ་དཀར་པོའི་རལ་པ་མཛེས། ། ཟངས་  
 རྒྱུགས་འབར་བའི་མེད་ཁལ་གྲགས། ། མི་འབབ་ལན་གཅིག་བབ་དུས་ན། ། མི་  
 མཐའ་ཆུ་བས་རིང་བར་རུས། ། མི་འབྲུ་ནས་བས་འཕེལ་ཀྱང་རུས། ། མི་སྒྲིག་  
 རྒྱུགས་ལས་སྒྲ་ཡང་རུས། ། ཤལ་ཆེན་དམག་ལ་སྟོད་དུ་གཅེས། ། ~~ཐུག་གསུམ་~~  
 ཐུག་གསུམ་མཐའ་གཉིས་ཁོག་ལ་འཇུག། ། དེ་ལོ་རང་ཁྲ་གསུམ་མོ་ཟེར། །  
 དེ་ལོ་རྒྱམས་ཀྱི་མ་དེ་ཡིན། ། རྒྱན་མོས་ཡང་ཆོམ་ཐོང་ངོ་ཡིན། ། དེ་ལོ་མོ་  
 རིགས་ཡིན་པས་ན། ། ཁ་ཁོག་གསུམ་དུ་བབ་ན་གཅེས། ། དེ་ལོ་དཔྱ་ཡི་

རྒྱལ་མོ་ལ། གཡང་གི་ར་བ་འགང་མི་དེ། ཏེ་རྒྱ་རིང་འགྲུག་སྐྱུག་པོ་ཡིན། །  
 འདི་ལ་བརྒྱག་གཅིག་བཅས་བ་ན། མ་པམ་གཡུ་མཚོའི་ཁ་ཞག་བརྒྱག།  
 གྲུ་རིགས་འབུམ་གྱི་གོ་ལ་ཐུག་ཡིན། ཁོར་བུའི་ཐེང་བ་བརྒྱས་བ་ཡིན། །  
 རྒྱ་ཐུག་གསུམ་གསུམ་ལོག་ལ་འདུས། ཏེ་རྒྱ་ཐུན་རུམ་ཞེས་བའམ། །  
 མཚོ་རྒྱལ་ཐུན་རུམ་ཞེས་ཀྱང་ཟེར། ཏེ་རྒྱ་ནང་ནས་ཅུང་ཟད་ཞན། རྩོན་  
 སྤེད་བ་དམ་ཡི་རྒྱ་རིང་ལ། ཡུལ་ནི་ཞང་ཞོང་སྒོ་བའི་ཡུལ། མཁར་ནི་སྐྱག་  
 ཅེ་གཉན་གྱི་མཁར། མཁར་ཁ་དགུ་བརྒྱ་གོ་དགུའི་ཅེར། ཏེ་ཐུ་ཡི་དམ་བཟའ་  
 བྱི་ཕུམ་དང། འབྲུ་ཡི་བུ་མོ་ལན་ཚར་དང། ཏེ་རྒྱ་མཚོ་རྒྱལ་རིང་མོ་གསུམ།  
 ཟས་སུ་སྤྲང་གི་དྲངས་མ་ཟ། རྫོམ་དུ་གཡུ་ཆང་དྲངས་མ་འབྲང། རེ་རེར་  
 ཞོན་པའི་འོག་རྟ་རེ། གྱི་ལིང་ཁ་དཀར་དེ་དང་གཅིག བོང་བུ་ན་རིང་དེ་  
 དང་གཉིས། ཏེ་ལུ་ཁ་རྒྱ་དེ་དང་གསུམ། ཏུད་འགོར་མ་བཅས་རྟ་གསུམ་  
 ཡོད། མཚན་མོ་རྟ་ཞོན་གྱིང་བཞིར་རྒྱག། ཉིན་མོ་མཁར་གྱི་ཡང་ཐོག་ཅེ། །  
 དེ་ཆོའདྲུ་ཡུལ་དགུ་སྒོར་ན། ལྷ་ས་ངན་གཤམ་བ་རུ་རིང་ཡོད། བསང་པར་འདོད་  
 བས་གན་དུ་སོང། རི་ཡང་ཚ་ནས་ཐྱིར་ལ་བལྟས། བསང་པའི་ཐབས་ཀྱང་  
 མ་རྟོད་ནས། རྒྱ་རགས་བཀྲོལ་ནས་རུ་ལ་བསྒོན། འཐེན་བས་མ་ཐུབ་གཤམ་  
 དུད། གོས་རྣམས་བཤུས་ནས་གཅེར་བུར་སོང། ཏེ་རྒྱ་བུ་མོ་གཅེར་རྒྱག་  
 གིས། ཤ་བ་འགགས་ལ་བསང་དོ་ཞེས། མི་ཁ་འབར་གཟུ་ལྟར་འབྲུབ། །  
 རྒྱལ་བ་དེ་ཡི་མོ་མདུད་ཡིན། རྒྱུ་ལ་ཐུག་གསུམ་སོ་སོར་བསྒོན། །



ད་རོག་རྒྱལ་བ་མཆེད་གསུམ་ཟེར། །མཚོ་ཡི་མཚོ་སྒྲན་ཐོན་མོ་དང་། །མིང་  
 བ་རྒྱལ་བ་ཐེབ་བ་ལས། །ད་རོག་རྒྱལ་བ་མཆེད་གསུམ་བྱང་། །དེ་ཕྱིར་མཚོ་  
 རྒྱལ་རིང་ནམ་ཞེས་ཀྱང་བྱ། །བ་ཁོག་རྣམ་གསུམ་གར་བབ་ཀྱང་། །མ་གཅིག་  
 བར་དུ་བྱ་གསུམ་ཆར། །བྱ་གསུམ་ཆར་བ་བཟང་མཉམ་གསུམ། །ལྟ་ཁང་  
 གསུམ་ལ་གསེར་འབྲུ་བཙུགས། །ལུང་གསུམ་ས་གསུམ་བརྒྱད་ཤིང་ཡིན། །  
 མཚོ་ཆེན་གསུམ་ལ་ཁ་ཡིག་འདེབས། །བྱ་དང་ཆ་བོ་ཡང་ཆ་མཐོང་། །བྱ་  
 དེར་དགོན་བའི་ཆོས་གྲུ་ཚུགས། །མདའ་དེར་ཡུལ་བའི་ས་མཁར་མཐོ། །  
 བར་དུ་བདེ་བའི་དུང་རྒྱད་བསྒྲགས། །ཁོ་བཙན་བོ་གསུམ་ལ་སྒྱུབས་མི་ཚོ་ལ། །  
 མི་ལྷག་པོ་གསུམ་ལ་བུན་མི་ཡིན། །བཙན་ལྷག་འཕེན་གསུམ་དུས་གཅིག་  
 འཛོམས། །འདི་ལ་བརྒྱག་གཅིག་བཙས་བ་ན། །ད་རོག་མཚོ་རྒྱལ་རིང་ནས་  
 ཟེར། །ཚུ་ཐིག་ཁ་ཡི་ནོར་བྱ་བརྒྱག། །མི་རབས་གསུམ་དུ་ལྷག་པོ་རྒྱན་མི་  
 འཆད། །རང་སའི་བཙན་སར་བབ་ན་བཟང་། །~~ཏུ་~~ རྒྱལ་ལ་སང་  
 དང་ལྷགས་འདུས། །ད་རོག་རྒྱལ་བ་ཡབ་ལྷས་ཟེར། །ད་རོག་བཀྲ་སྒྲན་ཞེས་  
 ཀྱང་ཟེར། །བྱང་སྒྲན་རྒྱལ་མོའི་བླ་མ་དུད་ཡིན། །ཡུལ་མཁར་ཕྱིགས་པའི་མོ་  
 ལ་བཟང་། །ཁྱི་སར་ཤོར་དུ་མི་རུང་། །བརྒྱག་ན་བང་མཛོད་ནོར་གང་བཟང་། །  
~~ཏུ་~~ དེ་ཡི་སང་དེའི་གཉིས་ཀས་འདུས། །ད་རོག་རྒྱལ་བ་རང་ཁྱིམ་ས་  
 ཟེར། །གཡང་མཛོད་ནོར་གྱིས་གང་དོ་ཡིན། །~~ཏུ་~~ ལྷག་ལྷག་གསུམ་པོ་སྒྱུ་  
 ཚུགས་འབྲེལ། །དེའི་གཉིས་སམ་གཅིག་གིས་ཁོག་ལ་འདུས། །ད་རོག་གཡུ་

བྱིལ་ཞེས་བྱ་སྟེ། །ཟུར་གསུམ་གསལ་དུང་ད་རོག་ཡིན། །ཐུགས་ཀར་མཆེད་  
 དགའི་སྒྲ་གནས་ཡིན། །བང་མཛོད་ནོར་བུས་གང་རོ་ཡིན། །དག་ཐུལ་ཐག་  
 ཡག་ནོར་རྟེན་པས། །རང་སའི་བཅོན་སར་བབ་ན་གཅིས། །ད་རོག་ཐུག་ཐུམ་  
 རྩེལ་རིགས། །མདུད་རྫོང་མི་འདྲ་མང་བས་ན། །ཐག་ཆོད་དཀའ་ཡང་འདི་  
 ལྟར་བྱིས། །བརྒྱག་གི་བཤད་པ་འགའ་མ་རྟེན། །གཞན་ཡང་སྒྲོ་ཆེ་ལི་ཡན་  
 ལ། །བྱུང་སྐྱེས་ད་རོག་རིགས་ཡོད་པ། །རང་རང་སྡེ་ཆོན་ནང་དུ་གསལ། །  
 འདིར་ནི་བརྒྱག་མེད་མདུད་པ་དག། །ད་རོག་མཆོ་ཆེན་སྡེ་དགའ་ཡིན། །དེ་  
 ལྟའི་ད་རོག་རིགས་འདི་རྣམས། །རྒྱ་ཡི་ར་མཁར་བཤིག་མི་ཡིན། །ཉོར་  
 གྱི་ར་མཁར་བཤིག་མི་ཡིན། །རིན་ཆེན་གཏོར་ཁ་འབྱེད་མི་ཡིན། །སྤྲིག་པའི་  
 ཐུན་པ་སེལ་མི་ཡིན། །གྲི་ཡི་མཆོན་ཆ་འཕྲོག་མི་ཡིན། །རེད་ལ་མ་ཅུ་གཏོར་  
 མི་ཡིན། །སྐར་མ་དཔའ་པོ་བྱེད་མི་ཡིན། །དབུལ་པོ་ཐུག་པོར་བྱེད་མི་ཡིན། །  
 མྱང་པོ་འཕན་པོར་བྱེད་མི་ཡིན། །རན་པ་བཟང་པོར་བྱེད་མི་ཡིན། །ཉེས་  
 པ་ལེགས་པར་བཅོས་མི་ཡིན། །རང་སར་ཅི་བཏབ་ཀུན་ལ་བཟང་། །གཅིག་  
 གི་སྡེད་དུང་རོག་ན། །གསལ་ཡི་ཀེའུ་སེང་སྒྲོན་མོ་ཡིན། །བརྒྱག་ན་ཀེ་སེང་  
 མེ་ཏོག་འཁྲུངས། །ཟུལ་དཀར་འབྲི་ཡི་སྒྲོག་མདུད་ཡིན། །གཉིས་ཟམ་སོའི་  
 རྒྱན་མ་ལག་རིང་གིས། །ཀེ་སེང་མེ་ཏོག་བརྒྱ་བར་ཤོམ། །བརྒྱག་ན་རྒྱན་  
 ལག་མེ་ཏོག་ཤོར། །གསུམ་ཡོད་ཀྱི་ལམ་ར་གྲུ་བཞི་ཡིན། །བརྒྱག་ན་འབྲས་  
 དཀར་ལོ་ཏོག་འཁྲུངས། །བཞི་མ་ལམ་གསལ་མཆོ་སྒྲོན་པོ་ལ། །གསལ་གི་

ཁ་ཞག་ཆགས་པ་ཡིན། །བརྒྱག་ན་མཚོ་ལ་ཁོར་བ་འཕེལ། །ལུ་ལ་གཡུ་མཚོ་  
ཡུར་བར་བྱང་། །བརྒྱག་ན་གཡང་ཉམས་དག་ཀུན་དོ། །དྲུག་ལ་གསེར་ཚོ་རྩ་  
མ་མཇུབ་མོ་འཛོམས། །བརྒྱག་ན་གསེར་ཚོ་འོ་མས་གང་། །བདུན་གཡང་  
གི་རྟ་མཛོ་ལྷང་ལ་བསྒྲིག། །བརྒྱག་ན་རྟ་ཁལ་མཛོ་ཁལ་ཁོན། །བརྒྱད་དཀོར་  
མཛོད་ཁོར་གྱི་གང་བ་ཡིན། །བརྒྱག་ན་བང་མཛོད་ཁོར་གྱིས་གང་། །དུ་  
གཡང་གི་དམ་དག་སྒྲིན་གྱིས་བརྒྱས། །བརྒྱག་ན་གོད་གྱི་སྒྲ་རེ་བྱུར། །བརྩ་མོ་  
ལྷའི་གནམ་མཚོ་ཐུག་མོ་ཡིན། །བརྒྱག་ན་གནམ་མཚོ་ཁ་ལུད་ཡིན། །བརྩ་  
གཅིག་གཡུང་བྱང་འཕེལ་མཚོ་དཀར་མོ་ཡིན། །བརྒྱག་ན་འཕེལ་མཚོ་བདུད་  
ཅིས་གང་། །བརྩ་གཉིས་གཡང་མཛོད་གཡང་ལྷ་དག་ལ་ཕྱོགས། །བརྒྱག་ན་  
དཀོར་མཛོད་དག་ལ་འཛོར། །བརྩ་གསུམ་མཚོ་སྒྲན་དགྲང་ནས་བཟླ། །བརྒྱག་  
ན་མཚོ་ཆེན་རི་ཅིར་འབྱུང་། །བཟང་དྲག་ཐུབ་པར་དཀའ་བས་ན། །བཙན་  
ཐུག་འཕེན་པོའི་མཐའ་སོན་ནས། །དེ་ནས་མར་ལ་གྲུ་དོགས་ཡོད། །འདི་  
བབ་སྒྲ་ཁ་ཁྱོགས་དཀའ་བས། །ཆེ་རིང་གསུམ་གྱི་གཏོ་སྒྲུ་བཙུགས། །ཆེ་  
ཟད་གསུམ་གྱི་ཡས་གྲུད་པོར། །ཆེ་ཐར་བཙུགསུམ་བཏང་ནས་སྒྲ། །གཡང་  
གཏའ་བཙུགས་ཤིང་གཡང་སྒྲོ་བསྐྱམས། །བཀྲ་ཤིས་ཡག་ཁ་བརྫོད་ན་ནི། །  
མི་སྲིད་སྲིད་པའི་དར་ལུགས་འབྱུང་། །དེ་ནི་དེ་ག་དབྱེད་དོན་ལ། །དིང་དིང་  
གལ་བར་སྒྲུར་དང་གསུམ། །འདི་གསུམ་དེ་རིག་འཕེལ་ཁ་ཡིན། །དུ་ཐུག་  
མཚོ་ལྷས་སྒྲེ། །འདི་གསུམ་དེ་རིག་འཕེན་ཐག་ཡིན། །བྱོད་ཐུར་བྱ་བུར་མྱི་

ལུང་གསུམ། །ད་རོག་སྒྲིན་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན། །སང་དང་བྱ་ཡུན་སང་ཁམས་  
གསུམ། །ད་རོག་སྒྲོབ་པའི་ལྷ་གསུམ་ཡིན། །དཀར་ཐོག་ཅེ་མ་བུ་བརྒྱག་  
གསུམ། །ད་རོག་ཁ་འཛིན་རྣམ་གསུམ་ཡིན། །ཆོལ་ཆེ་སྒང་ཟེ་གསོལ་དོགས་ལྟེ་གསུམ། །  
ད་རོག་འཆོལ་འཛིན་ལྟེ་ཡིན། །འདི་རྣམས་ད་རོག་ལན་དུ་བཟང་། །བྱ་རལ་ཐང་  
ལེ་ལི་ཡན་གསུམ། །ད་རོག་གཡང་འཕྲོག་དབུལ་འདྲེ་ཡིན། །སོ་ཡོན་སྒོ་བར་  
སེ་སྟོད་གསུམ། །ད་རོག་གྲོད་ལ་བཏགས་མི་ཡིན། །སྒྲིས་སྒྲེ་ལུང་ཁད་ཁྲོད་ཁད་  
གསུམ། །ད་རོག་ཁྲེལ་པའི་གཏམ་ངན་ཡིན། །མ་ཟེ་དུ་སོད་ན་འབན་གསུམ། །  
ད་རོག་འཛིག་པའི་མཐའ་མིག་ཡིན། །བྲག་ནག་ཁྲོད་ནག་སྒྲུམ་ནག་སྟེ། །  
འདི་གསུམ་ད་རོག་སྒོག་གཅོད་ཡིན། །རྒྱ་ཡེར་བྱི་ལ་སྒྲུམ་སེ་གསུམ། །ད་  
རོག་སྒྲུག་པའི་འདྲེ་གསུམ་ཡིན། །ད་རོག་རིགས་གྱི་ལན་ལད་ན། །མར་ལ་  
དམུ་མེད་དུག་ལྷུང་བྱ། །བར་དུ་རྒྱ་བཅོས་རྒྱ་འབུམ་འདོན། །ཡར་ལ་ལྷ་གསོལ་  
བྱ་སྒྲུང་བཀྲུག། །ཡོན་དུ་ནང་ནོར་གོ་བྲབ་སྒྲིན། །ད་རོག་ལན་དུ་དིང་དིང་ན། །  
མཆོམཐའ་ལྷགས་རིས་བསྐྱར་བ་ཡིན། །སྒྲིན་དིང་མཆོམཐའ་དོ་ཡིས་བསྐྱར་  
ཏེ་བཟང་། །གལ་བར་མཆོམཐའ་སྒྲུང་ཆེན་སྒྲོར། །བྱ་ཡུན་མཆོལ་ཉི་མ་ཤར། །  
བྱ་བུར་མཆོལ་དུང་རླ་ཤར། །ལུས་མཆོལ་མེ་ཏོག་ལ་བྱུངས། །མཆོལ་ལྷ་རྒྱལ་  
མདུང་དར་ཐུར། །སྒོ་ཆེམཆོལ་ལྷོན་གིང་སྒྲེས། །དམུ་དག་དམུ་ཡི་ཆེམའད་  
ལྷགས། །སྒྲིར་དཀར་མཆོལ་ཉལ་ལོར། །ཆོལ་ཆེམཆོལ་ཁ་ཞག་ཆགས། །  
ལུང་བརྒྱུང་མཆོལ་བྱ་བརྒྱ་ཅེ། །རང་སྟན་དམུ་ལུ་ལྷ་དང་འབྲང། །སྒང་

ཟེ་མཚོ་ལ་གཡུང་དྲུང་འཁོར། །ཕྱོད་ཕུར་མཚོ་མཐར་ཕྱོག་ཚང་ཡག །མྱི་  
 ཕུར་མཚོ་ལ་ཀླུ་བདག་བཅོན། །ཡར་ལྗིང་མཚོ་ཆེན་ཆར་གྱིས་འཕེལ། །ཅོ་  
 ར་མཚོ་སྤྱིང་ནོར་ལུས་འཛིན། །གཡུང་དྲུང་མཚོ་ཆེན་གཏན་དུ་མི་སྐྱམ་བཟང་།  
 །ཀྱེ་བ་གཡུལི་སྐྱུ་མཁར་ལ། །ཀླུ་ལང་གསེར་གྱི་བག་མ་བདག་ས། །མི་ཡི་གཡུང་  
 དྲུང་ཐོབ་བ་ཡིན། །ཕྱུགས་ལ་གསེར་ཕྱི་ཆགས་བ་ཡིན། །མི་རབས་དགུ་ལ་  
 དར་བའི་དོ། །དེ་ག་ལན་དུ་དེ་ག་ན། །དེ་ག་པ་ལ་བུ་བརྟེན་ཡིན། །  
 དམུ་དབལ་བརྒྱད་བ་རུ་ལག་རྒྱས། །སྐྱུ་མ་རིགས་རྒྱ་མཚོ་ཕུར་བར་དྲང་། །  
 བྱ་རལ་གཡང་ཞག་ཁྱི་ཡིས་འཕུང་། །ཡི་ཡན་གཡང་མཛོད་འགོང་པོས་  
 བརྒྱས། །མར་ལྗིང་མཚོ་ཆེན་ཐན་བས་བསྐྱམ། །སྒྲོ་བར་དམུ་རྩེ་གྱོང་ལ་  
 འཐོག་ས། །སོ་ཡོན་མཚོ་ལ་ཐུན་བ་འབྲིག་ས། །རུ་སྟོད་སྤྱིད་མཚོ་བདུད་གྱིས་  
 བསྐྱམ། །མ་ཟེ་ཉ་ཤི་མཚོ་སྐྱམ་ཡིན། །ན་འབན་མཚོ་མོ་གཞུང་ནས་རལ། །  
 སེ་སྟོད་མཚོ་ལ་དུག་ཁྲག་འཐོར། །བྲག་ནག་མཚོ་ལ་དུག་རྒྱངས་འཕྱུར། །  
 རྟོང་རིགས་མཚོ་ལ་དམེ་ཟམ་རྩྭ་ས། །སངས་གྱི་བརྒྱག་བཟང་བཀྲ་ཤིས་  
 ས་པོན་ཐེབ། །བུ་བརྒྱག་ཕྱུགས་གྱི་གསེར་ཕྱི་ཡོན། །~~མཛོད་~~ མོ་རྟ་བག་  
 ལ་སོང་ནས་སྐྱུ། །ཕྱུག་གུ་གཅིག་ལ་ཕྱུག་གུ་བཞི། །སོ་སོར་བསྐྱོན་བར་གྱུར་  
 བ་ན། །དམུ་དབལ་གྱིང་བཞི་འཁོར་ལོ་ཡིན། །དམུ་དབལ་རྣམས་གྱི་གྲོལ་  
 ཕྱག་ཡིན། །གྱིང་བཞི་ཆགས་པའི་གཞི་མ་ཡིན། །སྤྱིད་བ་གཙུག་གི་གྲོལ་ཕྱག་  
 ཡིན། །ཐུ་དབལ་སྐྱ་བ་རུ་བཞི་འདིར། །ལྟ་འདྲེ་མི་གསུམ་པོན་དང་བཞི། །

མདུད་པ་འདི་ལ་ཆང་བ་ཡིན། །ལྷ་དང་མི་ཡི་དཔུང་རོག་ཡིན། །རྟ་ནི་རག་  
 པ་གཤམ་མདངས་ལ། །མི་ནི་དཀར་པོ་དྲུང་འཕྲུ་ཅན། །སྤྲ་དཀར་ཕུབ་མོ་རྒྱབ་  
 ལ་ཁུར། །དར་དཀར་ལུ་རྒྱ་ལ་གསོལ། །འཇའ་ཡི་ཁབ་མོ་ལུས་ལ་གྱོན། །  
 ལན་གཅིག་ལ་ཁར་བྱོན་ཅ་ན། །དར་ཆེན་དཔུང་དྲུང་འཕྲུར་བ་འདྲ། །ལྷ་མི་  
 མཐོང་ན་འཇམ་དཀར་སྟོན། །འདྲེ་སྤྱན་གཉིས་ལ་སྤང་མིག་བལྟ། །སྟུན་  
 པའི་གླིང་བུ་རྒྱ་རུ་རྒྱ། །རྒྱ་གཤང་རོལ་མོ་ཁོ་ལོ་ལོ། །བསྐྱབ་ན་བྱ་གཤེན་  
 མཛོན་གཤེན་སྟོན། །མཆོད་ན་ཁ་འཛིན་སྤོང་གོགས་བྱེད། །བསམ་ན་སྤང་  
 གཤེན་ཐུགས་ལ་གསལ། །དྲན་པས་ཆོག་པའི་དག་སྒྲ་ཡིན། །རེས་འགའ་  
 ཉི་མདངས་ལྷག་གི་ལྷག །རེས་འགའ་ཆར་བ་སི་ལི་ལི། །རེས་འགའ་འཇའ་  
 ཆོན་ལྷེམས་སེ་ལྷེམ། །སྟོན་སྟོས་དྲི་བཟང་བྱ་ལུ་ལུ། །ལྷ་ཡི་ནང་ནས་ཡང་  
 ལྷ་ཡིན། །མགོན་གྱི་ནང་ནས་ཡང་མགོན་ཡིན། །ཞི་བ་བདུད་ཅི་དེ་སྤྲང་ཆར་  
 ཡིན། །ཁྲིས་ན་དྲག་པོ་དེ་ཐོག་ཆར་ཡིན། །དག་སྒྲའི་ནང་ནས་ཡང་སྒྲ་ཡིན། །  
 འདི་ལྷ་ཆེན་ཕུ་སྤེར་དཀར་པོ་ཡིན། །བྲ་ལྷས་མོ་ལྷ་དེ་རྒྱལ་པོ་ཡིན། །བཞོག་  
 རྣམ་གསུམ་གར་བབས་ཀྱང། །སྦྱིད་གྱིད་པག་བསམ་གིང་ཆེན་ཡིན། །སྦྱིས་ར་  
 ཤོར་དུ་མི་རུང་ངོ། །སྦྱིང་མིག་སྟོག་གསུམ་གར་བབ་ཀྱང། །ཆོས་དང་གྲུབ་  
 པ་ལོར་དང་ནི། །འདོད་དོན་མ་ལུས་ཡིད་བཞིན་འགྲུབ། །དེ་ནས་འཁོར་  
 ལོ་གླིང་བཞི་ལ། །རྩམ་ཐིག་འབྱུང་བའི་རྩལ་ལས་ནི། །མི་འདྲ་རྣམ་པ་བཞི་  
 ཡོད་པ། །མདུད་རྫོང་དག་ལས་མ་རྟེན་པས། །རི་བཞིན་འབྲི་བརྩོམ་ཐོགས། །

རྟེན་ན་སྤྲུང་ཡང་འཛུང་པར་བྱོས། །ས་བཅད་ཅམ་དུ་འབྲི་བ་ན། ~~མཐའ་མཐའ་མཐའ་~~  
 གཉིས་ནི་པན་ཚུན་འབྲེལ་བ་དང་། ~~མཐའ་མཐའ་མཐའ་~~ གསུམ་འབྲེལ་གཅིག་ནི་རང་  
 མོར་འདུག ། ~~མཐའ་མཐའ་མཐའ་~~ བཞི་ཀ་འབྲེལ་བ་འདི་ལ་ནི། །མཐའ་འབྲེལ་མ་འབྲེལ་  
 གཉིས་སྤང་ཡང་། །ས་ཁོངས་གཅིག་དུ་བརྩི་བ་ཡིན། ། ~~མཐའ་མཐའ་མཐའ་~~ གཉིས་  
 གཉིས་འབྲེལ་ཏེ་ན་རྒྱུན་འདྲ། །དམུ་དབལ་བསེ་སྟོད་ཆོ་ལོ་རིས། །གཡུང་  
 ཏུང་སྟག་ཁྱིམ་གྱུར་མིག་ན། །ལྟ་བོན་ལྟ་དང་མཇལ་མི་ཡིན། །འདི་ལ་བསེག་  
 འབྲེལ་ཟུར་འབྲེལ་གྱི། །ཅུང་ཟད་ཅུང་པར་ཡོད་མོད་གྱི། །ས་ཁོང་གཅིག་  
 དུ་བརྩི་བ་ཡིན། །དེ་ལྟར་བཞི་པོ་དེ་དག་གྱུར། །འཁོར་ལོ་སྒྲིང་བཞིར་སྒྲིར་  
 གཏོགས་གྱུར། །ནང་གསེས་མིང་དང་དོན་བཤད་པ། །རིགས་པས་སྒྲིགས་  
 ཅམ་རྗེས་དཔོག་གྱུར། །རང་བཟོར་འགྱུར་དོགས་འདིར་མ་བྲིས། །དེ་ནང་  
 གསུམ་བཞིའི་ཅམ་ཐིག་ཅན། །དྲག་པོ་ཡིན་པས་དམག་ལ་བཟང་། །བདེ་  
 དལ་མོ་ལ་ཅུང་ཞན་ནོ། །དེ་ནས་སྒྲུ་གྱུ་གཉིས་དང་ནི། །སང་འཇུས་པ་ཡི་  
 དམུ་དབལ་ལ། །མི་འདྲ་ནམ་པ་ལྟ་ཡོད་གྱུར། །སྟེ་འབྲེལ་གཉིས་པོ་བྱ་བུར་  
 དང་། །དབུས་སྒྲུ་ཟེན་པ་གྱེ་བ་བྲ། །བཤད་ཟེན་ལྟག་མ་གཉིས་པོ་ལས། །  
~~མཐའ་མཐའ་མཐའ་~~ མོ་རྟ་བག་ལ་སོང་ནས་སྟ། །ཐིག་བཞི་ལྟགས་ཐག་ལྟར་འབྲེལ་  
 བའི། །མཐའ་གཉིས་སྒྲུ་གྱུས་འཇུས་ན་ནི། །དམུ་དབལ་ཟེ་ཟེ་དཀྱིལ་ཆེན་ཡིན། །  
 གཤེན་གྱི་གྲུབ་པའི་གནས་དེ་ཡིན། །དཀྱིལ་ཆེན་སྒྲུ་ཐེར་དཀར་པོ་ཡིན། །  
 མ་གཤེན་སྒྲུར་བྱ་རང་གྲུབ་ཡིན། །ལ་ལས་དམུ་དབལ་གྱེ་ལེ་རང་ཤག་ཟེར། །

ལ་ལས་དུ་དབལ་གནམ་མདུང་དཀར་པོ་ཡང་ཟེར། །མདོ་ཁྱི་དཔལ་གྱིང་  
 ཞེས་ཀྱང་བྱ། །རང་སར་གང་ལ་གཡོན་ཆོག་ཡིན། །~~འཇུག་~~ དེ་ཡི་དབུས་  
 གྱི་གཉིས་པོ་ཡི། །གང་རུང་གཅིག་ལ་སྐྱ་གྲུས་ཟེན། །དུ་དབལ་ཟེ་ཟེ་གསུང་  
 རྒྱུ་འོད་དཀར་ཡིན། །ལ་ལས་སྐྱ་དབལ་རང་ཤག་དཀར་པོ་འང་ཟེར། །ལ་  
 ལས་ཤེལ་དཀར་སྐྱ་ཐེར་འོད་དཀར་ཟེར། །ཤེལ་སྐྱ་ཐེར་དཀར་པོའི་སྐྱ་  
 མདུང་ཡིན། །ལྷ་རྒྱུད་ཡར་ལ་གྲོལ་ངོ་ཡིན། །དུ་དབལ་གཙུག་གི་རྒྱལ་  
 པོ་ལ། །གཙུག་གི་གཟེར་ཆེན་འདེབ་མི་དེ། །སྐྱ་དབལ་གསུང་རྒྱུ་ཟེ་ཟེ་  
 ཡིན། །དེ་ལྟར་མདུང་པ་བདུན་པོ་འདི། །སྐྱ་དབལ་འཁོར་ལོ་གྱིང་བདུན་  
 ཡིན། །གཞན་ཡང་ཐི་གྲ་གཅིག་གི་ནང་། །གསུམ་འཇུག་པན་ཆོད་སྐྱ་དབལ་  
 རིགས། །དཔེར་ན་གྱེ་ལེ་འོད་དཀར་དང་། །བྱ་བྱར་ལྷག་མ་གཉིས་པོ་དང་། །  
 སྐྱ་དབལ་ཁ་རྒྱུ་སྣོ་ཆོད་དང་། །དུ་དབལ་ཁ་རྒྱུ་ལི་ཡན་སོགས། །སྣོ་ཆོ་  
 ལི་ཡན་གཉིས་གྱི་ནང་། །སྐྱ་དབལ་རིགས་རྣམས་འགའ་ཡོད་པ། །སོ་སོའི་  
 སྣོ་ཆོན་ནང་དུ་བསྟན། །དུ་དབལ་སྐྱེ་མ་འདི་གཉིས་གྱི། །མདུང་རྫོང་པལ་  
 ཆེར་ཤིན་ཏུ་ནི། །ནོར་བ་དཔེར་ན་རྒྱུན་འབྱམས་མང་། །འདིར་ནི་མདུང་  
 རྩ་མ་འོར་གྱང་། །བཤད་ལུགས་མི་འདྲ་མང་བའི་སྐྱིར། །ཡང་དག་ཡིད་ཆེས་  
 དཔེ་རྟེན་ནས། །འདྲ་མིན་ཡོད་ན་བཅོས་པར་བྱའོ། །སྐྱ་དབལ་གཤེན་གྱི་  
 ཁ་འཛིན་འདི། །གཅིག་གི་སྟེང་དུ་བབ་པ་ན། །གཤེན་རབ་ཐང་ལ་འོད་རྒྱལ་  
 དེས། །གཤེན་གྱི་གདན་སྤྱི་ཟེན་པ་ཡིན། །གཉིས་ལ་ཐང་གཤེན་སྐྱ་དཀར་དེ། །



མཐའ་ལོབ་ཡུལ་གྱིས་བསྐྱས་པ་ཡིན། བོན་གཤེན་ལོར་ལྷུང་བཙོན་འཛིན་  
 རོ་༥ །གསུམ་འབྲུལ་སྐས་མ་ལོ་གཡུ་ལོ་དེས། རྒྱུང་ནས་ཡིག་ཚང་ལོབ་པ་  
 ཡིན། མཁམས་པའི་གྲགས་པ་ཐོབ་པ་ཡིན། བཞི་གཤེན་རབ་སྐས་མོ་ནེའུ་  
 རྒྱུང་དེ། བདུད་ཀྱི་ལག་ནས་ལོན་པ་ཡིན། མཚོད་པའི་ཁིང་ས་རྒྱས་པ་ཡིན། །  
 ལུ་ནེའུ་རྒྱུང་གྲོ་ཁ་བདུད་ཀྱིས་བསྐྱར། བདུད་མཁར་ནང་དུ་མི་ཤོར་ཡིན། །  
 དུག་གསེར་ལྷུམ་འབྲུལ་མོས་གསེར་མཛོད་རྟེན། ཁྱིམ་བདག་མོ་ལ་ཟས་  
 འོར་འཛོམས། བདུན་བོན་གཤེན་བསྟན་པ་ཟིན་པ་ཡིན། རྒྱུས་བུའི་མི་རབ་  
 འཕེལ་བ་ཡིན། བརྒྱད་གཤེན་བོན་ཡེ་ངམ་གྱི་གང་དེས། གཅང་དམེ་དཀར་  
 ནག་ཕྱེས་པ་ཡིན། གཡུང་དྲུང་གཙུག་གཤེན་རྒྱལ་བ་ཡི། འདུལ་ཁྱིམ་ས་  
 རྒྱལ་པར་དག་པ་ཡིན། དགུ་སེལ་བོན་རྩ་དཀར་འབྱེད་པ་དང་། སེལ་ཡག་  
 རོ་སོ་མཐོ་བ་ཡིན། སེལ་ཕྱེ་ཆེ་ཐར་གཏོང་ན་བཟང་། བརྩུ་ལ་གནམ་བོན་  
 གསེར་མགོ་དེས། ཡ་བདུད་གནམ་སྒོ་བཙད་པས་བཟང་། བརྩུ་གཅིག་  
 གཤེན་རབ་རོ་སོ་མཐོ། རྒྱལ་བུས་བསམ་པ་འགྲུབ་པ་ཡིན། གཤེན་གྱི་  
 གྲུབ་པ་མཐའ་དུ་ཕྱིན། བརྩུ་གཉིས་སྣང་སྐས་འབྲུལ་བུ་བདུད་ཀྱིས་ཁྱེར། །  
 སྣང་གཤེན་བོན་བོ་རྟོང་པར་སོང་། ཡོད་པའི་ཟས་འོར་དགུ་ལ་འཚོར། །  
 བརྩུ་གསུམ་སྟེང་གི་དམུ་དཔལ་དེ། བོན་གཤེན་མཚུན་གསུམ་ལ་ཁར་  
 གཤེགས། ས་བརྩུ་བགྲོད་ནས་འགྲོ་དོན་རྫོགས། ཡེ་གཤེན་དབང་རྫོགས་  
 དགུང་དུ་ཡལ། བཟང་དུག་ཐུབ་པར་དཀའ་བསན། གཡུང་རྒྱུབ་བགྲུ་གིས་

ཡག་ཁ་བརྗོད། བཀྲ་ཤོན་ནད་པའི་མོ་ལ་ངན། ཤོན་གྲུབ་པ་ཐོབ་པའི་ནལ་  
འབྱོར་རྣམས། རྟོན་གཉིས་འགྲུབ་ནས་མཁའ་སྤྱོད་འགྲིམ། ལམ་གྱི་བ་  
ད་རོག་དམུ་དབལ་གསུམ། གཡུང་དྲུང་ཆེ་གསུམ་རིགས་ཡིན་པས། བརྩ་  
གསུམ་མ་གཏོགས་རང་སར་བཟང་། བརྩ་གསུམ་སྟེང་དུ་བྱུབ་པར་དགལ། །  
ད་ནི་མུ་དབལ་ལན་དབྱེད་ལ། བྱི་སར་དམུ་དབལ་དངས་མ་ནས། རང་  
སར་ལི་ཡན་རིགས་བབ་ན། སྟོན་ལྷ་རྟེན་འབྱམས་པས་མ་རུང་རོ། གཏོ་  
ལ་ནི་བ་བརྒྱ་རྩ་བུ། གཅིག་ལ་མུ་དབལ་རིགས་བབ་ནས། བརྩ་གཅིག་  
ཐང་ལེ་སྟེ་དམར་ན། ལེའུ་བོན་པོའི་ལྷ་མཁོན་གྱིས། སྟོན་ལམ་ལོག་པ་  
བྱུང་བས་སུང་། གཏོ་ལ་རྩ་གཤམ་ལྷ་ཆ་ཡི། རུམ་བུས་མེ་ལ་ནི་སྦྱིན་བུ། །  
ལྷགས་ལ་ལོ་གངས་ཁྲམ་བྱུང་བསྦྱིན། རེ་ཡི་བརྩ་གཅིག་གྱི་བ་ན། བྱི་རུའི་  
དབལ་མཁར་རྩེ་མོ་ལ། རབལ་ཁུ་དབལ་ཐག་ཁྲོ་བཀལ། ལྷ་རབས་རྒྱུད་  
གྱི་དག་སྒྲ་ལོར་། མི་རབས་དགྲ་ལ་བོན་པོ་འོང་། རེ་ཡི་བརྩ་གཅིག་ཨ་  
ཁད་བཟང་སྟེ་ན། རབལ་མཁར་རྩེ་མོ་དབལ་སྟག་རྩེ། ལོ་གཤགས་པ་ཅན་  
གྱིས་འཐབ་སྐྱད་འདོན། བརྩ་གཅིག་ད་རོག་བཟང་སྟེ་ན། རུལ་འབུམ་  
གཡུ་ཡི་ཆག་བྱུགས། གསེར་དང་མུ་རྟིག་གཏེར་མཛོད་རྩྭ་ས། མི་རབས་  
གསུམ་ལ་སྟོན་རྒྱུད་འཛིན། ཡང་ནི་བརྒྱ་དང་བརྩ་གཅིག་གྱུང་། རེ་དག་  
རྣམས་དང་འབྲེལ་བར་དབྱེད། རང་སར་དམུ་དབལ་བཟང་རིགས་བབ། བྱི་  
སར་སྟོ་ཡི་ངན་རིགས་ན། སྟོན་ཡང་བོན་པོའི་ནོར་གྱིས་འཛོངས། ར་ལྷ་

དེ་འདྲ་འབྱུང་བའམ། རྒྱ་བྲག་འབབ་བའི་ས་སྒྲོགས་སུ། བོན་ཞོར་གཡང་  
 ཅན་ལག་ཏུ་འོང་། ཟས་ལ་བརྩད་ལྡན་ཞོར་ཕྱགས་འཕེལ། དེ་བཞིན་སྒྲ་  
 ཆོགས་རིགས་བས་དབྱད། དམ་དབལ་ལན་ཏུ་དིང་དིང་ན། མདོ་བ་ཐང་  
 དང་འཕྲད་བ་ཡིན། ལྟག་བར་བར་ཏུ་བབ་བའི་ལན་ལ་བཟང་། རྒྱན་དིང་  
 བདེ་བའི་གནས་མལ་ཚུགས། གལ་བར་གཉེན་གྱི་སྒྲ་མཁར་ཚུགས། བྱ་  
 ཡུན་གླིང་ལ་ཉི་མ་གཤམ། བྱ་བུར་ཏུང་ལྷ་མཁའ་ལ་ཆོས། ལྷ་ས་གཙུག་གི་  
 ལྟ་རབ་གྲོལ། ལྷ་ཆོ་མོ་ལྟ་གོ་དང་འཕྲད། ལྟག་བར་སྟོད་ཏུ་བབ་བའི་ལན་  
 ལ་གཅིས། སྒོ་ཆོ་སྒྱེད་ཆོལ་གཡུ་ཕྱང་འབྱུང་། དམ་དག་གཤེན་གྱི་ལྟ་མཁའ་  
 གཤམ་ལ་ཐེབ། རྒྱུར་དཀར་གཙུག་ལྷ་ས་སྒྲོན་ལམ་ལེགས། ཆོལ་ཆོ་དག་  
 རྒྱ་གཟེན་དང་འཕྲད། རྒྱུང་བརྒྱད་མདུང་ལ་རྒྱུང་ཆེན་འཕོང་། ལམ་ཁད་མཁར་  
 སྒོ་རྒྱ་སྟག་བསྐྱུང་། རང་སྟོན་ལྟ་དམག་ལྟ་རྒྱལ་འཕོང་། སྤང་ཟེ་དགུང་ལ་  
 གཡུ་འབྲུག་ཤིང་། རྩོད་ཕུར་གཡང་སྤང་གླིང་བཞི་བསྐྱུང་། ཤི་བུར་བཟང་  
 རིགས་ལྟ་མཆོན་རྩོ། རན་རིགས་སྒོ་བརྒྱག་སྟག་གི་མཆེ་བ་ཆགས། ཡར་  
 ཤིང་གཤེན་གྱི་བརྟན་བ་དང་། ལྷ་ས་མཉམ་ལུགས་སྤང་མཁར་སྒོ་བསྐྱུང་། །  
 ཅོར་གཙུག་གསལ་བཅན་ཕྱག་ལྡན། གཡུང་ཏུང་རི་ལ་ཁ་ཁྱེར་བསྒྲོར། །  
 གྱེ་བགཤེན་བོན་བྱ་རུ་མཐོ། དེ་ལོག་གཤེན་ལ་ཟ་ཁ་དང་། ལྷ་དབལ་གཤེན་  
 ཆེན་གལ་ཏུ་བསྒྲིག། ལྷ་ས་རིགས་དྲ་གཤང་རྒྱ་ཡིས་ཁྱེར། བྱ་བརྒྱག་ལྟ་མོས་  
 རྒྱ་བྲག་གསོལ། ལྷ་ས་བྲག་རང་རྒྱ་དཀར་མོན། གཡུ་ཡི་སྤང་ལྷོང་ཆར་

དང་འཕྲད། །ལྷག་པར་སྤྲད་དུ་བབ་པའི་ལན་ལ་བཟང་། །བྱ་རལ་གཤེན་  
ལྷ་བྱི་ཡིས་བརྩིས། །བྱད་པར་གཅིག་གི་དུ་དབལ་ལ། །བརྩ་གཅིག་བྱ་  
རལ་ངན་སྡེ་དང་། །བརྩ་གསུམ་སྟིགས་མ་གང་བབ་ཀྱང་། །ན་ནིང་གཤེན་  
ཐོན་འཁོར་དང་ལྷན། །དེ་ལོ་གཤེན་ཐོན་དབང་བཞི་ཚོ་གས། །སང་ཐོད་གཤེན་  
ཐོན་གལ་དུ་དུ། །ཐོན་ཐོ་སྤྲོན་པའི་ཆེ་ཕུག་ཟད། །དེ་ལོ་མི་སྤྲོན་སང་ཐོད་  
ཡིན། །བཀའ་ལྷོག་རིམ་གྱི་ཅི་འགྲུབ་བྱ། །བྱ་རལ་རིན་ཆེན་བབ་པ་ན། །  
གཤེན་ཐོན་དུ་ལ་ནོར་བུ་ཡིན། །ལི་ཡན་གཙུག་གི་བང་མཛོད་སྟོང་། །  
མར་ལྗིང་ཐོན་གྱི་བྱ་རུ་ས་ལོག་བྱིངས། །སྟོ་བར་སྒྱུ་མཁར་གྱི་དོན་བཤེག་ །  
སོ་ཡོན་གླིང་བཞི་ལྷན་པས་ཁེབ། །རུ་སོད་གཤེན་སྟིགས་བདུད་གྱིས་ཁྱིེར། །  
མ་ཟེ་ལྷ་བྲལ་ཡེ་འདྲོག་འོང་། །ན་འབན་སྒྱུ་མཁར་ཐོག་གིས་བཤེག་ །དུ་  
དབལ་མཐའ་མིག་ཡང་དག་ཡིན། །སེ་སྟོད་གཤེན་མིག་ཁྲག་གིས་བཀའ། །  
འོང་རིགས་གླིང་ལ་སྒྱིད་གྱི་སྒྲིད་ཆོད་འབྱུང་། །བྲག་ནག་གླིང་ལ་དོ་ཆར་འཁེབ། །  
དེ་བཞིན་སྟོ་བརྒྱུག་ལ་སོགས་ངན། །ཀྱེ་བ་ད་ལོག་དུ་དབལ་གྱི། །རིགས་  
རྣམས་སོ་ཡིས་བཀྲུག་པ་ན། །བྲག་གི་རིགས་སུ་འགོ་བ་ཡིན། །དེ་བཞིན་  
གཞན་ལ་ཅི་རིགས་ཤིས། །དེ་ནི་སྟིགས་མའི་མདུད་པ་ཡི། །སྟེ་ཆོན་དགུ་ཡི་  
དང་པོ་ལ། །སྒྱུ་མ་རིགས་ཉེར་ལྷ་བཤད་པ་ནི། །~~ཁྱེ་མོ་ལོག་བྱ་བཞིར་~~  
འབྲེལ་བ་ལས། །ཐི་གུ་ཁ་སྒྱུར་ས་ལ་ལྷུང་། །སྒྱུ་མ་ཞེས་བྱ་བར་གྲགས་པ་  
སྟེ། །ཁྱེས་པོ་སྒྲིན་རྣམས་ཀུན་གྱི་རབ་རིབ་ཡིན། །ཁྱི་མོ་སྟིན་གྱི་མཚོ་མོ་

ཡིན། །པ་དེ་ཡེ་སངས་དཀར་པོ་ཡིན། །པ་དེ་སྤྲིག་གི་མཆོ་མོ་ཡིན། །ལུ་མོ་  
 རང་ཉིད་སྤྲུ་ཡི་ལྷུ་མ་གཅིག་ཡིན། །སྤྱི་ཕྱི་ཟེལ་མའི་གཡས་འགམ་དེར། །གཉན་  
 ལྷུ་མ་སྤྲུ་བྱུ་ཕྱོན་ཉིན་བཟས། །ལུག་པས་མཐིང་གི་ལུ་མོ་སྒྲ་ཆ་ཟེར། །བར་  
 པས་མ་སང་གཉན་ལྷུ་མ་ཟེར། །སྒྲོ་བས་སྤྲུ་ལྷུ་མ་སྤྱོན་མོ་ཟེར། །གཤེན་གྱིས་  
 ལྷུ་མ་སྤྱོན་ཆུ་རལ་ཅན། །སྤྱོན་པོ་ཆུ་ཡི་སྤྱ་མདུད་ཡིན། །ལེགས་ན་བདུད་  
 ཕྱིའི་མཆོ་མོ་ཡིན། །ཉེས་ན་སྤྱོན་མོ་དུས་པའི་མཆི་མ་ཡིན། །མི་གཙང་ནལ་  
 དང་ལྷ་རན་ངོ། །འདི་རྩ་ཆུ་ཟེལ་མའི་ཡ་འགམ་དེ། །ན་བཀྲ་སིལ་མའི་མགོ་  
 པོ་ཡིན། །སྤྲད་དུ་བབ་ན་ཡུལ་ཆུ་ཡིན། །ཡུར་མའི་མགོ་པོ་རིང་ན་བཟང་། །  
 ལན་དུ་དངས་མ་གཡུ་སྒྲོན་ན། །ཡུལ་སའི་ཆུ་ལུག་རིང་བ་ཡིན། །བར་དུ་  
 བབ་ན་གཙང་པོ་ཡིན། །ལན་དུ་ཁྱེ་བ་ད་ལོག་དང་། །བག་སྒྱུ་བཟང་སྤྱེ་བབ་  
 པ་ན། །བཙང་པོ་གཙང་ལག་རྒྱས་པ་ཡིན། །སྤྲད་དུ་བབ་ན་མཆོ་མོ་ཡིན། །  
 ལན་དུ་ཆོལ་ཆེ་བཟང་རིགས་ན། །མཆོ་ལ་ཁ་ཞག་ཆགས་པས་བཟང་། །  
 འདི་བུད་མེད་དང་ནི་མཆོ་སྤྲོན་སྤྱ། །དན་སྤྲིགས་གང་དབྱལ་སྤྱ་མདུད་ཟེར། །  
 བཟང་སྤྱེ་དང་ནི་བརྒྱག་བཟང་རིགས། །རིལ་མཆོ་བདུད་ཕྱིའི་ཞོམས་ཁུ་དང་། །  
 ལྷ་སྤྱིའི་ལུ་མོ་བཙུན་མོ་དང་། །ཟ་ཐང་བསོད་ནམས་ཅན་གྱི་སྤྱ། །གཅིག་  
 གི་སྤྲད་དུ་སྤྲུལ་བབ་ན། །སྤྲུ་སྤྱུ་ལམ་དུ་ཞུགས་ངོ་ཡིན། །ཞེ་འོང་མོ་ལ་འོང་  
 ཞེས་བྱ། །ཆུ་སྤྲུལ་སྤྱོན་མོའི་རྩ་ལ་ཞོན། །ས་སྤྱོན་མགོ་པོ་བཏེགས་པ་ཡིན། །  
 མཛེ་ནད་ཅན་བྱི་མོ་ལ་ངན། །མ་བརྒྱག་བཟང་པོ་སྤྲུལ་དཀར་བབ། །ཤར་

རིང་སྤང་གསལ་སྒྲོན་མེ་འདེགས། །ཕུ་བོ་སྒྲི་སྒྲུབ་བཟང་བ་ཡིན། །མ་བརྒྱག་  
པོ་བ་སྒྲུམ་སེ་བབ། །འགོ་འདོད་གོམ་པ་རྒྱུད་གིས་ཁྱེད། །ཕུ་བརྒྱག་ཕུམ་  
པ་གསེར་མིག་བབ། །ས་གཞི་གཡུ་ཡི་རྒྱ་མཚོ་འབྱེལ། །གཉིས་ཨ་རྟ་ཡུ་མོ་  
ཆབ་ལས་ཐམ། །འདྲེ་པོ་བརྒྱུད་ཕུལ་བ་ཡིན། །དུར་མོར་དུར་ས་རྒྱལ་ཤོར། །  
མོ་རིགས་གསེན་གྱི་ཟ་ཁ་ཟུག། །དུར་བཅོས་ས་བཅོས་བྱ་དགོས་སོ། །བཅ་  
གཡོག་རྩེ་ལ་གུས་པ་ཡིན། །སྒྲུམ་དཀར་བདུད་ཅི་ཐང་ལ་ཕོ། །སྒྲུམ་སེ་ཤོལ་  
སྤོང་འབྲུགས་ཅོད་ལང། །ཕུ་བརྒྱག་གཡང་ཉམས་མི་བདེའི་ངོ། །གསུམ་  
སྤྱུ་སྒྲུ་ལམ་དུ་ཁྱུགས་པ་ལ། །ཁྱུམ་པ་སེ་པོས་གདོང་ལྷགས་བརྒྱག། །མྱོ་  
ཕུ་ཕུལ་དུ་ཅོད་འཐེན་ངོ། །ཕུ་ཚོ་མོ་རིགས་དར་ངོ་ཡིན། །མ་མོའི་སྒྲུ་མཚོ་དར་  
བ་ཡིན། །དཔལ་བགོས་ཕྱར་ཕུང་བྱ་བ་དང། །རྟོག་གཟུང་བཏོན་ན་ཤིས་  
བ་ཡིན། །བརྒྱག་བཟང་སྤང་ལ་མེ་ཏོག་འབྲུངས། །བརྒྱག་པོ་རྒྱུད་མི་རྒྱལ་  
འགོང་གཞོད། །བཞི་ཚུ་མཚོ་དཀར་མོ་གཞུང་ནས་རྒྱས། །ཁྱུ་ཚང་གསེར་  
དང་མི་འབལ་བཟང། །སྒྲེ་ཤིང་མི་སྒྲུམ་རྩེ་ཕུ་ཡིན། །ཟས་ནོར་བརྒྱ་འཕེལ་  
སྒྲུ་མདུད་ཡིན། །ཁྱུ་གཏོར་ཁྱུ་འབུམ་བྱས་ན་བཟང། །བརྒྱག་བཟང་གཡུ་  
མཚོ་ངང་བ་འདུ། །བརྒྱག་པོ་གཡང་མཛོད་རྒྱུད་གིས་ཁྱེད། །ལྷ་དག་ཞིག་  
ཡོད་པ་ཕུ་མོར་སོང། །དག་སྒྲིད་ཐག་ཆས་བསྒྲོར་བ་ཡིན། །དག་སྒྲིད་རྒྱ་རྩ་  
སོང་བས་བཟང། །བརྒྱག་བཟང་བདུད་ཅི་སྤོང་གིས་བརྒྱས། །བརྒྱག་པོ་  
དག་ཁྱིམ་རིབ་བ་ཡིན། །འདྲེ་གདོན་གྱི་ལྷས་མེད་པར་སོང། །དུག་མཛང་

མའི་ཁྱིམ་ན་གཡང་ཁུ་དོལ། །འཁྱུག་བྱུང་ན་ཆབ་གཅང་པོ། །མི་འབྱུར་  
 རྩེའུ་ཡང་དག་ཡིན། །ངན་སྒྲིག་ས་མཛང་མ་ནལ་གྱིས་ཐོག། །དབལ་མོ་མཆོད་  
 ལ་དམ་སྒྲི་བཀར། །བརྒྱག་བཟང་རི་ལ་དྲུང་གིང་འབྲུངས། །བརྒྱག་ངན་  
 ཁྱིམ་སར་གྱིབ་མདུན་དོ། །བདུན་པོ་སྒྲོ་མོ་ཡི་དབང་དུ་སྟང། །སྒྲོ་བྱ་འདུན་མར་  
 མི་ཁ་འཕོག། །པོ་སྒྲོ་ཁུ་བས་གང་བ་ཡིན། །ཁྱ་ཁྱ་གདབ་ཅིང་གཏོར་མ་གཏོར། །  
 དཀར་ཐོག་སྣང་གསལ་སྒྲོན་མེ་སྒྲར། །བརྒྱག་ངན་གྱིད་གོད་སྒྲོ་སྟོང་ཡིན། །  
 འཁྱུག་སྒྲོན་ལ་ཞེ་དུག་མེད་བས་བཟང། །བརྒྱད་ལ་ལྟ་དོ་ཁྱི་ཡིས་བརྩིས། །  
 ལྟ་ལ་གྱིབ་གྱིས་ཐོག་བ་ཡིན། །མ་མའི་མདོས་དང་གཙུག་ཏོར་འདོན། །བརྒྱག་  
 བཟང་མི་ནོར་དག་སྒྲས་ཁྱིན། །བརྒྱག་ངན་གྱིད་སྒྲོ་ལྟ་མཐོན་ཡིན། །དགུ་  
 ལ་གཉན་ལུ་མ་ངམ་ལ་བྲོས། །སྒྲོ་ལར་བཏང་ཚུར་ལ་ལོག་བ་འབྲ། །གཤེན་  
 རབ་མཛད་ཆེན་བདུད་ལས་རྒྱལ། །ནད་ལ་སྒྲགས་འདེབས་མོ་ལ་བཟང། །  
 གཉན་ནད་གཏིང་ནས་གོལ་བ་ཡིན། །བརྒྱག་ན་མ་མའི་གནོད་བ་ཡོད། །  
 མ་མོ་མཆོད་བ་གྱི་མོ་བཀར། །བརྒྱག་བཟང་མངས་དང་གཤེན་ལ་དག། །  
 བརྒྱག་ངན་ལེའུ་ལྟ་མཐོན་ཡིན། །བཅུ་ལ་རྒྱན་མོ་རེ་སྒྲུམ་ཅན་གྱིས་གྱང། །  
 མཆོ་མཐའ་ཐང་གསུམ་འཁོར་བ་ཡིན། །གྱི་གྱི་རང་མཐོང་ཆེ་བ་ཡིན། །སྒྲུམ་  
 གྱི་དར་སོ་བཅུ་ལ་ཡོད། །སྒྲུམ་དཀར་མི་དར་ཁུ་འབྲུབ་རེད། །ཁུ་ཁལ་འཁྱུ་  
 གང་གིས་ཏྲ་བརྒྱུ་དོམས། །ཁྱིམ་སར་བདུད་ཅི་བབ་བ་ཡིན། །འབྲུ་མེད་གཡང་  
 ཁ་འཕེལ་བ་ཡིན། །བརྒྱག་ངན་མ་སྒྱིའི་སྒྲུ་མཁར་ཞིག། །བརྒྱག་བཟང་དཔག་


བསམ་འབྲས་བྱ་སྒྲིན། །ལྷག་པར་སྐྱམ་གྱི་ཕུ་བརྒྱག་ན། །ཕུ་གངས་དཀར་  
 མི་འགྲུང་རྗེ་འཁོར། །བཅུ་གཅིག་དག་སྤྲོ་བའི་མཆོ་མ་ཡིན། །ལྷ་ལ་  
 གྲིབ་ཐོག་བསང་བྱས་བྱ། །དག་སྤྲོ་མཚོན་ཅིང་ཉི་ཁྲི་འདོན། །བད་མེད་ངན་  
 མ་དབང་ཆེན་འགྲུང། །བརྒྱག་བཟང་དག་སྤྲོའི་སྤྲོ་མཚོ་འཕེལ། །བརྒྱག་  
 ངན་དག་སྤྲོའི་སྤྲོ་མཚོ་སྐྱམ། །བཅུ་གཉིས་དག་མད་འཁུ་ཡིས་ཁྱེད། །དག་ཞིག་  
 ཡོད་པ་རྒྱན་མོ་རེད། །མཚོན་ཞིག་ཡོད་པ་ཐག་ཆར་སོང་། །དག་ད་ལྟ་ཡོད་  
 གུང་དེ་འབྲལ་རྒྱད། །ལྷག་པར་བརྒྱག་ངན་དག་པོ་གྲུད། །བརྒྱག་བཟང་  
 ལྷག་གི་མཆོ་མེད་བད་པས་ངན། །བཅུ་གསུམ་མི་སྤྲིང་འདྲེ་ཡིས་བསྐྱུར། །  
 ལས་སྤྲོ་བྱས་ལ་ཕྱི་དྲོ་འགྱུར། །བརྒྱ་གྲིས་གུང་ཁྱི་རྗེས་རེད། །ཤོས་གསུམ་  
 གྲོན་གུང་ཆུ་བས་གང། །མི་རབས་བུ་མོས་བཟུང་དོགས་ཡོད། །ཅི་ལ་བཏབ་  
 གུང་ངན་པ་ལ། །སྤྲོད་དུ་ཤིང་གི་རིགས་བབན། །ཤིང་ཅེར་བདུད་ཅིའི་ཟེལ་  
 པ་ཆགས། །ཀུན་ལ་བཟང་ཞིང་བྱད་པར་དུ། །ནད་པ་མི་འཆིའི་མདུད་པ་  
 ཡིན། །བརྒྱག་བཟང་ཟངས་དཀར་གང་ནས་ལུད། །བརྒྱག་ངན་གྱི་རོ་མགོ་  
 རྒྱས་ཡིན། །ཉེན་གྱི་དཀར་པོ་རུ་རིང་དང་། །སྤྲོ་བ་ཀྱི་ནག་རྟ་ལྟ་ཡོལ་གཉིས། །  
 མད་འགཅིག་ཅེ་ཡིས་སྤྲོ་བ་ཡིན། །དམག་དཔོན་གཉིས་ཀྱི་གྲོ་རོ་ཡིན། །  
 །སྐྱམ་གྱི་མཁར་ཅེར་བརྒྱག་བྱུང་ན། །སྐྱམ་གྱི་ར་ཟི་དཀར་ཐོགས་  
 ཡིན། །དཀར་ཐོགས་གསུམ་གྱི་ཆུང་བ་ཡིན། །དོན་སྤྲོ་འདེབས་ན་ལྷག་པར་  
 བཟང་། །བཞིག་གསུམ་བབ་སྤྲོད་ཅོར་འཕེལ། །བཅོན་སར་དག་ཕུལ་དོན་



ཀུན་གྲུབ། །སྒྲུབ་ནི་བདུད་ཅི་འབྱུང་བ་ཡིན། །ཁྱི་སར་ནོར་གོད་གཡང་ཉམས་  
 ཡིན། །དེ་འོག་སྒྲུག་ཐོག་སེ་སྟོད་ཡིན། །དབྱུང་བ་བརྒྱད་ཀྱི་ཆེ་བཤད་ལས། །  
 སྒྲུམ་གྱི་དབྱུས་མ་བཟང་བར་བཤད། །གཡང་གི་མོ་ཡིན་བཟང་ན་ཡང་། །  
 བྱི་དང་ནལ་གྱི་ངོ་ཡོད་ཅིང་། །བྱུང་བར་མ་ཡི་བྱིན་ལ་ཡིན། །གསུམ་པ་ནག་  
 ཐོག་སེ་སྟོད་ཡིན། །མནའ་མས་ཐུར་ནལ་བྱེད་ངོ་ཡིན། །ཡ་མ་རྩོན་པ་མ་  
 གཏོགས་ངན། །འདི་ལའང་སྒྲུམ་སེ་ཞེས་སུ་འབོད། །སྒྲུམ་གྱི་སྒྲོ་ལ་བརྒྱག་  
 བཅས་ན། །སྒྲུམ་སྒྲིབ་མོ་ཐུས་པའི་མཆི་མ་ཡིན། །ཅི་བདེ་བ་ཀུན་ལ་ངན་བ་ཡིན། །  
 ཐུ་སྤོང་ས་ནས་ནལ་བྱས་པས། །པ་མིང་སྒྲོག་ཅུ་གཅོད་ངོ་ཡིན། །བདུད་མོ་མི་  
 ཀུན་སྒྲ་གནས་དེ། །མེ་ཁམས་ནད་པའི་བདུད་ཆད་ཡིན། །དཀར་ཐོག་མ་  
 གཏོགས་གཞན་ཀུན་ལ། །མིང་བསྐྱས་སྒྲུམ་སེ་ཞེས་སུ་འབོད། །ལྷག་པར་  
 བྱི་མ་གཉིས་ཡིན་ནོ། །མ་ཡི་གཡས་བརྒྱག་དཀར་སྒྲོན་ཁོང་སེང་ཡིན། །གཡོན་  
 བརྒྱག་དམར་སྒྲོན་ཁོང་སེང་ཡིན། །སྒྲུ་ཀྱལ་རིགས་མི་ལ་ཆས་པ་ཡིན། །བརྒྱག་  
 གཉིས་འདོམ་ལ་རྣམ་པ་དུག། །གསུམ་འདོམ་བཞི་སྟེ་བཞི་ལ་གཅིག། །མིང་  
 འདོགས་བཟང་ངན་ཅུ་བས་ཤེས། །ཐམས་ཅད་ནོར་གྱི་སྒྲ་མདུད་ཡིན། །  
 ༄༌། །སྒྲུམ་གྱི་བྱ་ལ་བརྒྱག་སོང་ན། །སྒྲུམ་རྩུང་བརྒྱ་དཀར་པོ་འཕ། །ཡང་  
 ན་གཡུ་ཡི་བྱམ་པ་ཟེར། །ཡང་ན་བྱམ་པ་གསེར་མིག་ཟེར། །མ་སྒྲོམ་རའི་  
 ལྷ་ཆབ་དཀར་མོ་ཡིན། །མཛོན་ག་པོའི་གཅོང་ནད་སེལ་མི་ཡིན། །སྒྲུམ་པོ་  
 ཆང་གི་ཐེར་མ་ཡིན། །གཡའ་ཏེ་སྒྲུམ་ལ་བརྒྱག་གཉིས་བྱུང་། །སྒྲུམ་རྩུང་བརྒྱ་

ཡང་རིང་ན། སྤྱིད་གྱི་ཚུ་མིག་དོལ་བ་ཡིན། །འབྲུ་བརྒྱུག་ཁོག་བརྒྱུག་འདོམ་  
ཚུལ་ལ། །མང་པོ་ཡོད་པར་གཤམ་པར་སྤྱ། །མ་བརྒྱུག་བཟང་སྟེང་འབྲུ་བརྒྱུག་  
ན། །སྤྱིམ་གྱི་མ་ཁ་བྲུ་བྲུ་ཡིན། །མ་འཁུལ་ཡོངས་སྤྱིད་འཁུལ་དོ་ཡིན། །སྤྱིམ་  
གྱི་མ་དགའ་འབྲུ་སྤྱིད་ཡིན། །མ་བརྒྱུག་ངན་སྟེང་འབྲུ་བརྒྱུག་ན། །སྤྱིམ་གྱི་མ་བྱི་  
འཁུལ་ཟེར། །འབྲུ་མེད་གཅིག་ལ་བྱི་ཕོ་གཉིས། །ལྷ་ཁྱིམ་ན་ལ་གྱིས་བཀའ་  
བ་ཡིན། །~~འབྲུ་མེད་གཅིག་ལ་བྱི་ཕོ་གཉིས།~~ །སྤྱིད་དུ་འཐེན་ཐག་  
དཀར་པོ་ཡིན། །བར་དུ་འབྲེལ་ཐག་ཁ་བོ་ཡིན། །སྤྱིད་དུ་གདོས་ཐག་ནག་  
པོ་ཡིན། །སྤྱིར་ནི་སྤྱིམ་གྱི་བཟང་སྟེ་ཡིན། །གཅིག་ལ་སྤྱིམ་གྱི་དྲུངས་མ་འདི། །  
ཁྲམ་གཟུང་འདྲོར་ཐོགས་སྤྱི་མཐུད་ཡིན། །སྤྱིད་གྱི་གདོས་ཐག་བཏགས་པ་  
ཡིན། །བྱ་འཐེན་འཐེན་རྒྱུད་བགདོས་ལ་ཐོགས། །བྱི་བའོ་བའི་ལོ་བཏུད་ཡིན། །  
གྱི་བའོ་ཆེ་བས་བསང་ཐེལ་བྱ། །གཉིས་ལ་སྤྱིན་མོའི་སྤྱོད་དང་དཀ། །གསུམ་  
ཟངས་གྱི་སྤྱོད་མོང་ཆོང་ཆོལ་ཡིན། །ཆུང་གསུམ་མཐའ་འགག་ལྷག་པ་སྤྱེ། །  
བཞི་སྤྱིད་གྱི་ཚུ་དཀར་འཁུལ་བའི་ས་བོན་ཚུགས། །ལྷ་སྤྱིན་འདྲེ་མི་ནོར་གཉིས་  
ལ་ཆགས། །དག་ལྷར་དག་པོ་ཐག་པས་བཀྱིག །དུག་ཟ་སྤྱིམ་དུ་རྩམ་  
ལ་འཁོར། །བདུན་ལ་ཕོ་སྤྱོད་ལ་འཐོག །བརྒྱད་ལ་བརྩེ་ཁྱིམ་པར་དགའ། །དགུ་  
བོན་པོ་འབྲུ་མེད་གདོས་ལ་འཐོག །བརྒྱ་གནམ་སྤྱིན་དཀར་མོས་ཁ་འདྲོན་  
བྱེད། །བརྒྱ་གཅིག་གནམ་གྱི་འཇུ་ཐག་ཡིན་པས་བཟང། །བརྒྱ་གཉིས་དཔལ་  
ལྷར་དག་ལ་ཐེབ། །འདྲེ་གདོན་སྤྱོད་དུ་བཏུད་པས་བཟང། །བརྒྱ་གསུམ་མགོ་

ལ་གཡུ་མུད་ཐོགས། །བརྒྱུག་ན་དེ་བས་བཟང་བ་ཡིན། །དེ་ཡི་མཁར་ཅེར་  
 བརྒྱུག་སོང་ན། །དངས་མ་ལག་དཀར་སེ་སྟོད་དམ། །འདམ་ཐོག་སང་མོ་  
 བརྒྱུག་ཀྱང་ཟེར། །ནད་པ་མི་ཡི་རྩི་ཡིན། །ཐན་པ་མི་འོང་སྤྱང་ཆར་ཡིན། །  
 དེ་འོག་བྲ་རིང་སེ་སྟོད་ཡིན། །བུ་མོ་ལྷུ་བ་པའི་གྱི་སྤྱར་ལ། །ཕོ་རོག་གཤོག་  
 འཇུམ་བྱེད་དོ་ཡིན། །སྒོ་བརྒྱུག་བྱུར་གྱི་ཐོག་ཤལ་ཟེར། །དངས་མ་ཁྲག་དྲོད་  
 མགོ་གཉིས་ཏེ། །དམག་དཔོན་ཁྲག་གི་སེ་སྟོད་ཡིན། །གཉིས་བརྒྱུག་གསུམ་  
 དང་གསུམ་བརྒྱུག་གཅིག་ །ཡོད་པ་བཟང་ངན་ཅུ་བས་ཤེས། །~~དྲུངས་~~ དྲུངས་  
 མ་བུ་ལ་བརྒྱུག་སོང་ན། །དྲུངས་མ་གཡུ་ཡི་སྒྲོན་མེ་ཡིན། །ཡང་དག་ལྟ་ཡི་  
 བདུད་ཅི་ཡིན། །ཐང་ལྟའི་ལྟ་ཆབ་དཀར་མོ་ཡིན། །མངོ་ནག་གཅོང་ནད་  
 སེལ་མི་ཡིན། །བཞི་བརྒྱ་ནད་གྱི་གསོས་སྒྲན་ཡིན། །ཆོ་ཆོར་ཡི་རུ་ཞིག་  
 ཡིན། །སྒྲན་བྲ་མོའི་མགོ་ཡི་གཡུ་མུད་ཡིན། །མ་ཁྲིས་བ་རྣམས་ཀྱི་དྲུངས་མ་  
 ཡིན། །གཡུ་ཡི་ཉ་མོ་རྒྱལ་མཁན་ཡིན། །གསེར་མིག་འབྲེལ་པའི་སྒྱན་དང་  
 ལྷན། །བཤོག་རྣམ་གསུམ་གར་བབ་ཀྱང་། །བུ་རྟ་ལོ་འབྲ་བ་ཆར་དོ་ཡིན། །  
 མིང་ལ་རྟ་ལོ་འམ་གཡུ་ལོ་ཐོགས། །དམག་ཇག་དོན་གཉེར་རྟེན་འཆོལ་ལ། །  
 བརྒྱད་བརྒྱ་གཅིག་བརྒྱ་གསུམ་སྟེང་དུ་གཅིས། །བརྒྱས་ན་ཐོབ་ལ་འཕྲོག་  
 ན་བྱུབ། །ཆོང་ལེགས་བསམ་དོན་འབྲུབ་པ་ཡིན། །དག་རུ་སྒྲུམ་ནག་སེ་  
 སྟོད་འཛིགས། །དྲུངས་མ་བུ་ལ་བརྒྱུག་གཉིས་བཅས། །དྲུངས་མ་གཡུད་དུང་  
 ལོ་རྒྱས་ཟེར། །རྒྱ་མཆོ་འབྲེལ་པའི་ཁ་ཞག་བརྒྱད། །ཡང་ན་འབབ་པའི་ར་

སྒོར་བརྒྱུག །མཐའ་ཡི་རྒྱ་མཚོ་མར་མེར་ལ། །རབ་ཀྱི་མར་མེར་ཉར་ཉར་  
བརྒྱུག །སྒྲུ་རྒྱལ་དགའ་པོ་འཛོག་པོ་ཡིས། །འཛམ་གླིང་ཀུན་ལ་སྒྲོན་ལམ་  
བདུབ། །ཀུན་ལ་པན་པའི་འདོད་ཆར་པབ། །ཆར་འདྲ་ཀུན་པན་མོ་མཉུང་  
ཡིན། །བཞོག་བཙན་བྱིམ་གར་བབ་ཀྱང་། །བབ་ཅམ་འགྲལ་ཆོག་མོ་མཉུང་  
ཡིན། །བཀྲ་ཤིས་དོན་ལྡན་མོ་མཉུང་ཡིན། །དབུལ་པོས་ནོར་སྟགས་རྒྱང་  
བུ་ཆར། །ཁས་ཉེན་རྒྱལ་སར་བྱིན་ཡང་ནུས། །མ་བུའི་ཞོག་བརྒྱུག་འདོམ་  
རྩལ་ནི། །ཅུ་བ་དེ་ལ་བརྟེན་ཏེ་ཤིས། །དྲངས་མའི་ཀུན་ལ་བརྒྱུག་བཙས་ན། །  
རྒྱམ་དྲངས་མ་བདུད་ཅི་རྩམ་ག་བརྒྱུག །གནམ་ས་གཤུ་བ་སྦྱོར་བརྒྱུག །རི་  
རབ་གཙང་པོ་རྒྱ་མཚོ་བརྒྱུག །རྒྱལ་སྤྱི་དཔོན་བུ་རིན་ཆེན་བརྒྱུག །རྩྱའི་འདུལ་  
པའི་མགོ་པོ་བརྒྱུག །འདི་ལན་གཅིག་བབ་པའི་དུས་སྤྱི་དན། །སྤྱི་བ་ཀུན་  
གྱི་ཡང་ལྟ་ཡིན། །ཡང་ལྟའི་ནང་གི་ཡང་ལྟ་ཡིན། །ཡང་ལྟ་སྤྱི་བ་ཆགས་  
ལྟ་ཡིན། །རིགས་དུག་ཆགས་པའི་ལྟ་རྒྱལ་ཡིན། །བཞོག་བཙན་བྱིམ་གར་  
བབ་ཀྱང་། །མི་ནོར་རྩལ་གསུམ་འཕེལ་རྩལ་ཡིན། །དབུལ་པོ་སྒྲུག་ལ་ཁས་  
ཉེན་བཙན། །ནད་བ་སོས་ཤིང་བེའུ་ལུག་འཕེལ། །འབྲས་དུག་སྒྲིན་ཞིང་ཅི་  
ཐོག་རྒྱས། ། འདི་ནི་རོག་བ་ཐེ་རྒྱམ་ཞེས་བྱ་རྟེ། །རྟ་བདུད་ཅས་ནི་  
བྱ་བར་གྲགས། །དེའི་སྒྲོ་བརྒྱུག་སེ་སྒྲོང་རན་ཁུར་ཡིན། །རན་ཁུར་ན་རོ་སྒྲོ་  
རན་འདི། །རྟ་བརྒྱ་ནད་ཀྱིས་ཤི་རོ་ཡིན། །རྟེའུ་རོ་ཅན་ལུས་རོ་ཡིན། །རྒྱམ་  
བརྒྱུག་རྒན་པོ་པ་པ་པ་དྲན་རྩལ་བརྒྱུག །ཡང་ན་བུང་བ་སྦྱང་ཅི་བརྒྱུག །བུ་པ་

མང་འདྲ་བ་ཚར་ངོ་ཡིན། །གལ་ཏེ་ཁུ་ལ་བརྒྱུག་གཉིས་བྱུང་། །རྟོག་སྒྱུམ་  
 ཟེ་མ་གསེར་ཅི་བརྒྱུག་ །རང་སའི་བཙན་ས་གར་བབ་ཀྱང་། །སྟོང་ཚོ་གསུམ་  
 གྱི་དམག་ལེགས་རྩས། །བ་ཁོག་རྩ་མི་ནོར་འཕེལ་ཆུ་ཡིན། །རྟོག་ལྷུམ་མ་  
 ལུག་ཉིས་ཀར་བརྒྱུག་ །རང་རྒྱུད་བཟང་ཀྱང་གཞན་རྒྱུད་ངན། །མི་རྒྱུད་བཟང་  
 ངན་འདྲེས་པ་འོང་། །~~ཁོ་~~ འདི་ལ་མར་བྲག་ཐེས་སྒྱུམ་ཡིན་ཏེ། །རྟོག་  
 པ་ཙམ་ཐིག་སྒྱུམ་ཡང་ཟེར། །ཡང་ན་གཏུམ་ཅི་སང་དེ་ཐེ་སྒྱུམ་ན། །པ་མགོ་  
 ལུ་ཡིས་མནན་པ་ཡིན། །སྟོང་བརྒྱུག་བྱི་ཕོ་ནལ་མས་བསྐྱུ། །ཁུ་ལ་བརྒྱུག་གཅིག་  
 རིན་ཆེན་གསེར་ཉི་བརྒྱུག་ །ཆུ་སྟོན་རམ་པའི་ཁོང་ཁྲག་ཡིན། །མི་ཤ་ལེན་པའི་  
 ཐེར་མ་ཡིན། །གཉིས་བརྒྱུག་སྒྱུམ་ཆེན་དུང་ལྷ་བརྒྱུག་ །ལྷ་བ་ཤར་ནས་རི་  
 གྲུང་གསལ། །ཤལ་ཆེན་དུ་མ་འདེགས་ན་བཟང་། །དམག་ཆེན་ལེགས་ཤིང་  
 ལུ་རྟ་ཚང་། །བྱུང་པར་ཁྱིམ་རྒྱུག་བྱེད་ཉིན་བཟང་། །~~ཁོ་~~ འདི་ནི་དམུ་  
 བམ་ཐེས་སྒྱུམ་ཡིན། །དམུ་བམ་གྱི་མཁར་ཐེས་སྒྱུམ་ཟེར། །རང་ས་རྣམས་  
 ལུ་གྱི་ངོ་ངན། །ཁུ་བརྒྱུག་ལཁོར་ལོ་རྟ་མིག་བརྒྱུག་ །ཆུ་རིགས་འདུས་པའི་  
 རྒྱུ་མཚོ་ཡིན། །ཤལ་ཆེན་དམག་ལ་ལྷག་པར་བཟང་། །~~ཁོ་~~ འདི་དམུ་  
 བམ་དགའ་བྱེད་ཐེ་སྒྱུམ་ཡིན། །གཏུམ་ཅི་རྟོང་སང་གལ་སྒྱུམ་ཟེར། །འདི་  
 ཡི་སྒྱུམ་ལ་བརྒྱུག་བཙས་ན། །གཏུམ་ཅི་རྟོང་སང་གལ་མིག་ཡིན། །~~ཁོ་~~  
 འདི་ནི་དམུ་བྲག་ཐེ་སྒྱུམ་ཡིན། །གཏུག་པ་སྟེར་གྱི་སྒྲ་མདུང་ཡིན། །ཅིར་  
 བག་ཁ་འཐམ་ཞེས་བྱའང་། །ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན་པ་ཡིན། །དེ་ཡི་སྒྱུམ་

ལ་བརྒྱུག་གཅིག་བཅས། རྒྱུམ་གྱི་ཁ་མ་དྲང་ཆེན་ཡིན། མི་གངས་ནོར་  
 གངས་གཉིས་ཀ་འཕེལ། བརྒྱུག་གཉིས་གཡུང་དྲང་ཆེན་མོ་ཡིན། རེ་  
 འབུམས་ནམས་ཀྱི་བདུད་ཅི་ཡིན། ༄དི་ནི་ཤིང་ཤག་ཐེ་རྒྱུམ་ཡིན།  
 ཤིང་རྒྱ་གཟར་བུས་ཁྱེད་ཡིན། དེ་ཡི་ཁུ་ལ་བརྒྱུག་གཅིག་ན། རྒྱུམ་གྱི་  
 གསེར་ཅི་ཆེན་མོ་ཡིན། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་ཡིན། ༄དི་  
 རོན་གྲུབ་དབང་གི་ཐེ་རྒྱུམ་ཡིན། དམ་ནམ་ཤ་ན་རྒྱུམ་ཡང་ཟེར། གཏུམ་  
 ཅི་ཁྲག་ཤོག་ཐེ་རྒྱུམ་ཡང་། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་ཡིན། ཁུ་ལ་བརྒྱུག་  
 གཅིག་སོང་བ་དེ། རྒྱུམ་ཆེན་ཟེ་མ་འབུམ་སྟེ་བརྒྱུག ། མིང་མོ་ན་རྒྱུང་གཟི་  
 བྱིན་ཡིན། རང་སའི་བཅན་སར་གར་བབ་ཀྱང་། མི་རབས་གསུམ་གྱི་  
 འཕེལ་རྒྱ་ཡིན། བརྒྱད་དང་བརྒྱ་གཅིག་གར་བབ་ཀྱང་། བྲི་ཆོ་གསུམ་གྱི་  
 དམག་ལེགས་ལུས། ༄དི་ལྷ་རྒྱུད་རང་ནམ་ཐེས་རྒྱུམ་ཡིན། གཅིག་  
 ལ་མ་ནག་པོའི་མོ་ལ་བཟང་། སྤུག་ལ་བུད་མེད་ནད་མར་བཟང་། གསུམ་  
 ལ་ནོར་ནད་ཅན་ལ་བཟང་། བརྒྱ་གསུམ་བཅོག་ནལ་མ་ལ་བཟང་། བརྒྱུག་  
 བཤད་མ་རྟེན། ༄དི་ནི་འོད་འབར་བའི་ཐེས་རྒྱུམ་ཡིན། ༄དི་  
 འདི་མཁའ་གློང་དབྱིངས་ཀྱི་ཐེས་རྒྱུམ་ཡིན། དམ་རྒྱུ་ལི་བྱིན་ཐེ་རྒྱུམ་ཟེར། །  
 རྒྱུམ་རིགས་ནམས་ཀྱི་ཤོ་ལ་ལུག་ཡིན། བདུད་ཀྱི་དབྱིག་ནག་ཁྲག་འཕྲང་ཡིན།  
 ༄དི་ཟུར་གསུམ་འཕྲུལ་གྱི་ཐེ་རྒྱུམ་ཡིན། དབྱིག་དམར་ཐེ་རྒྱུམ་ཞེས་  
 ཀྱང་ཟེར། འདི་ཡི་ཁུ་ལ་བརྒྱུག་སོང་ན། འཕྲུལ་རྒྱུམ་སྟོང་ལ་གོ་ཤལ་འདི།


མཐུ་ཆེན་མེར་མའི་རྟེན་ཆུ་ཡིན། །ཆུ་རིགས་རྣམས་ཀྱི་མགོ་བོ་ཡིན། །ཡང་  
 དཀར་གངས་དཀར་ཉི་མེ་ཡིན། །ཞེ་ཟུང་བ་མ་ལམ་གཡུ་མཆོ་ཡིན། །རང་  
 སའི་བཅའ་ས་གར་བབ་ཀྱང་། །མི་རབས་གསུམ་ལ་བཅའ་སྤྱད་འདོམ། །  
 བརྩ་གཅིག་བརྩ་གསུམ་གར་བབ་ཀྱང་། །འབྲུམ་ཆོ་གསུམ་གྱི་དམག་ལེགས་  
 ལུས། །~~འདི་~~འདི་ཙམ་ལོང་ངར་ངོར་ཐེ་སྒྲུམ་ཡིན། །གཡུང་དྲུང་སྒྲུམ་  
 ཆེན་འཁོར་ལོང་ཟེར། །ཡང་ན་རྩོམ་ཆོན་ཐེ་སྒྲུམ་ཡིན། །འདི་ལ་བརྒྱག་  
 གཅིག་བཅས་པ་ན། །སྒྲུམ་གྱི་དྲུ་མིག་བརྒྱག་ཅེས་བྲ། །ཆུ་རིགས་འདུས་  
 པའི་རྒྱ་མཆོ་ཡིན། །ཤལ་ཆེན་དམག་ལ་ལྷག་པར་བཟང་། །~~འདི་~~འདི་  
 སྤྱོད་ཡར་དགེ་ཐེས་སྒྲུམ་ཡིན། །སྒྲོན་རུ་ཐེ་སྒྲུམ་ཞེས་ཀྱང་བྲ། །ཐག་ནག་  
 ཐེས་སྒྲུམ་ཞེས་ཀྱང་བྲ། །ཡར་རྣམ་ཐེ་སྒྲུམ་དབང་པོ་རྩོ། །ཡར་དགེ་མ་ལ་  
 བརྒྱག་བཅས་ན། །བ་དཀར་བེའུ་འབྲང་བ་ཡིན། །དབུལ་པོ་རྣམས་ཀྱི་མོ་  
 ལ་བཟང་། །ཡར་དགེ་ལུ་ལ་བརྒྱག་བཅས་ན། །རིན་ཆེན་བཀྲ་ཤིས་རྣམས་  
 བརྒྱད་བརྒྱག་ །སྤྱོད་བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལྷན་མས། །སྤྱོད་ཐུག་ཉི་མེ་ཉིས་སྟོང་  
 ཆོར། །སྤྱོད་ཆོ་རིང་དོན་ལྷན་ལུས། །དག་གཞི་ཅི་ལ་བདུང་ཀྱང་བཟང་། །  
 ཡར་དགེ་མ་བརྒྱག་སྤྱོད་བརྒྱག་ན། །བདུད་ཅི་ལོ་མའི་ཆུ་རྒྱན་བརྒྱག་ །ཕྱིན་གྱིས་  
 བརྒྱབས་པའི་རྒྱ་བོ་ཡིན། །རན་སོང་ཐིག་སྒྲིབ་དག་བྱེད་ཡིན། །~~འདི་~~འདི་  
 སྤྱོད་མར་གེ་ཐེས་སྒྲུམ་ཡིན། །རམ་རུ་ཐེ་སྒྲུམ་ཞེས་ཀྱང་བྲ། །ཐིག་པ་ཀ་ར་  
 མ་ཟན་ཡིན། །ནད་དང་དུག་གི་ས་པོན་ཡིན། །ཅི་ལ་བདུང་ཀྱང་རན་པ་

ཡིན། རྟེན་མ་བརྒྱུ་བྱི་ལུང་ནང་གི་གཡུ་ལྷང་ཡིན། །མ་ངན་ལ་སུ་བཟང་  
སྒྲེང་ཡིན། །སུ་བརྒྱུ་དུང་འབྲི་དཀར་མོའི་འོ་མ་ཡིན། །བཞི་བརྒྱ་ནད་ཀྱི་  
འཕྲོ་སྒྲུབ་ཡིན། །མ་སུ་གཉིས་བརྒྱུ་གིན་ཏུ་བཟང་། །~~འདི་ནི་ཁ་~~  
སྒྲུག་ཐེ་སྒྲུམ་ཡིན། །སྒྲུག་པའི་ཕྱེ་ཅུ་ཤོར་མི་ཡིན། །བརྒྱུ་ན་དམག་གི་མོ་  
ལ་བཟང་། །~~འདི་དམུ་ཁ་~~ འདི་དམུ་ཁ་ཟ་ཡག་སྒྲུབ་ཐེས་སྒྲུམ་ཡིན། །ཟུར་ཆག་  
ཟ་ཁ་ཡག་སྒྲུམ་ཟེར། །སྒྲུལ་བ་ནག་ཁའི་སྒྲུ་མདུད་ཡིན། །ཅི་ལ་བདེ་བ་ཀྱང་  
ངན་པ་ཡིན། །འདི་ཡི་སྒྲེར་ལ་བརྒྱུ་བཅས་ན། །སྒྲུམ་ཆེན་གཡུ་འོད་པར་  
བརྒྱུ་གྲུ་སུ་དུང་གཡུ་འབར་བ་ཡིན། །འདི་ལ་སྤྱིད་ཀྱི་ཆུ་མིག་འཁོར། །  
སྒྲུམ་བརྒྱུ་དོ་རྟེ་བ་ཀྱི་ཤིས་བརྒྱུ་གྲུ་འོ་ཡ་གྲགས་ངར་ཆུ་ཡིན། །~~འདི་ལ་~~  
འདི་ལ་སྒྲུམ་ཆད་ཅེས་སུ་གྲགས། །སྒྲོན་པའི་དྲིལ་ཆན་ཆད་དོ་ཡིན། །ལ་  
ནག་ཅུ་བར་དྲིལ་ནག་ལུས། །དྲིལ་ནག་དུས་པའི་མཆི་མ་ཡིན། །མགོན་བྱ་  
མགོན་ཁ་གཉིས་སུ་འོང། །ཏྲ་ཆན་མཛོ་ཆན་ཆད་དོ་ཡིན། །མགོ་ཆད་གྱེན་  
དུ་བསྒྲུར་བ་ཡིན། །སྒྲོ་ཆད་སྒྲུར་དུ་ཕོ་བ་ཡིན། །འདི་དགུང་སྒྲོན་དུས་པའི་  
མཆི་མ་དང་། །ས་དོག་མོའི་དྲོད་ཀྱི་རྒྱང་བ་གཉིས། །རྩུ་འབྲུལ་ལན་གཅིག་  
བསྒྲེབས་པ་ལས། །ཤ་ཆད་གྲོད་བ་གཅིག་ཏུ་བྱུང་། །དེ་ཡི་ངམ་མཆོམས་  
སུ་དོལ་བ་ལས། །གཏུག་པའི་དྲེལ་ནག་དཔུང་བསྒྲིད། །ངམ་རྩེ་ཕྱོད་པོས་  
ཁྱེར་བ་ལས། །ལམ་གསུམ་འདུས་པའི་ཅུ་བ་དེར། །གཏུག་པའི་དྲེལ་ནག་  
དཔུང་བ་ཀྱི་ཆད། །སྒྲུམ་ཆད་བྱ་བའི་མཆོན་ཉིད་ཡིན། །འདི་སྤྱད་དུན་ཅུང་




དུས་པའི་མཆི་མ་ཡིན། །ཁྱེད་ཀྱི་སྒྲུབ་ཀྱི་ཐུ་ཐིག་པ་ཡོད། །པར་དུ་དུག་མཆོ་  
ནག་པོ་ལ། །སྒྲུབ་གྱི་པ་ཞག་ཆགས་པ་ཡོད། །སྒྲོད་དུ་ཆར་སྒྲིབ་ཞོད་ཆེན་  
ལ། །ལོ་འབྲས་དུས་གཅིག་ཡག་པ་ཡོད། །གཅིག་ལ་སྒྲོན་མ་པར་མིང་དོ་འཆུག།  
གྲོས་དང་དོན་གྱི་ཅ་པ་ལད། །གཉིས་སྒྲོ་ཐེམ་རལ་དང་དུར་སར་ལ། །ཁྱེད་  
འགྲིམ་ལམ་ཆད་དོ་ཡིན། །གསུམ་པུ་ཆོ་མིང་གི་དུས་གཅིག་གི། །སྒྲེ་འགའ་  
ཆད་ཅིང་ཁ་ཡོག་སྒྲོ་འགྱུར་དོ། །པའི་སྒྲུ་ཆར་ཐན་དང་ནལ་གྱི་ལ་བཀའ། །  
སྒྲུ་ནད་འོང་ཞིང་གཡང་ཐག་ཆད། །ལུ་དག་ཡི་འཁོར་གསུམ་རྟེན་ནས་ཆད། །  
དག་མགོ་རེ་བས་བརྒྱམས་ཏེ་བཟང་། །དུག་པ་བཅུན་འབྲུལ་གྱི་སྒྲིད་ཐག་  
ཆད། །མོ་སར་ཁ་ཉེས་སྒྲོ་འགྱུར་འོང། །བདུན་སྒྲེས་པའི་སྒྲོ་ཡི་དཔའ་ཐག་  
ཆད། །སྒྲོ་ཉེས་མི་ཁ་སྒྲོ་འགྱུར་འོང། །བརྒྱད་ལྷ་མི་བར་གྱི་འབྲེལ་ཐག་ཆད། །  
ལྷ་མཁོན་ཉམས་གྱི་བ་དུས་མཆོད་ཆག །དགུ་ལེའུའི་ལྷ་ཐག་ཆད་པ་སྒྲེ། །མོ་  
མ་སྒྲུན་ཐོན་བྱེད་ལ་ངན། །བཅུ་ལ་མོ་བཅུན་འཇུག་ཐག་ཆད། །ཁོར་གོད་གཡང་  
ཉམས་འགྱུར་སྒྲོད་དོ། །བཅུ་གཅིག་དག་སྒྲའི་མཆོན་ལུང་ཆད། །དག་སྒྲ་  
དུས་པའི་མཆི་མ་ཡིན། །བཅུ་གཉིས་དག་པོའི་སྒྲོག་ཐག་ཆད། །དག་བརྒྱ་  
དུས་པའི་མཆི་མ་ཡིན། །བཅུ་གསུམ་གནམ་སའི་འབྲེལ་ཐག་ཆད། །གྲོད་  
དང་མདུན་དོ་རྒན་ལ་ངན། །སྒྲུམ་ཆད་སྒྲེར་ལ་བརྒྱག་བཅས་ན། །སྒྲུམ་གྱི་  
སྒྲུམ་པུ་དཀར་སངས་ཡིན། །ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་བར་བཤད། །སྒྲུམ་  
བརྒྱག་སྒྲུམ་ཐག་རང་ཆུ་དཀར་མོ་ཟེད། །མི་ཁོར་གཉིས་གྱི་འཕེལ་ཆུ་ཡིན། །

སྐྱམ་སྐྱེར་གཉིས་ཀ་དུས་གཅིག་བརྒྱུག། སྐྱམ་ཆད་ལྟ་མོ་གྲུ་མོ་ཡིན། འིན་ཆེན་  
 མཛེས་པའི་ནོར་ལུ་བརྒྱུག། དབྱ་གཞི་དུར་གསུམ་མོ་ལ་བཟང་། སྐྱོ་བརྒྱུག་  
 སྐྱལ་ཟན་ལག་མོ་ལྟོ་དམར་ཡིན། འོང་གི་སྟེང་དུ་བབ་ཆོག་ཡིན། གསུམ་  
 བརྒྱུག་མ་རྟེན། ~~འདི་ནི་ཤོ་དོ་ཐེ་སྐྱམ་ཡིན།~~ ཤིང་ཀན་ཅ་བའི་ཆུ་  
 མིག་ཡིན། འདི་ཡི་སྐྱམ་ལ་བརྒྱུག་སོང་ན། དབྱིག་རིགས་རྣམས་ཀྱི་ངར་ཆུ་  
 ཡིན། ཁུམ་ལ་ངར་ཆུ་སྤྱད་མི་ཡིན། དབུལ་པོ་ནོར་དང་སྤྱད་མི་ཡིན། ཅི་  
 བཏབ་ཀུན་ལ་བཟང་བ་ལ། མཛེ་རྒྱུད་ཡོད་པའི་མི་ལ་ངན། མཛེ་མཐའ་ཆུ་  
 བས་རིང་བ་ཡིན། སྐྱོ་བརྒྱུག་མ་སྐྱོག་ལུ་མོས་བཅད། མ་ལུ་གཉིས་ཀ་བརྒྱུག་  
 པ་ན། ལུ་ཉིང་པ་ས་ལ་ཆུ་གས་ནས་མ་ལ་ངན། ལལ་ཤོ་དོ་ཐེ་སྐྱམ་བརྒྱུག་  
 ཅན་རྣམས། ཆུ་རིགས་རྣམས་ཀྱི་སྒྲིགས་ཆུ་ཡིན། ཆུ་བྱ་རོག་མོའི་སྤྱུ་མདུང་  
 ཡིན། སྐྱམ་རིགས་རྣམས་ཀྱི་འཕྲིན་བ་ཡིན། ~~འདི་ནི་ཆུ་སྤྱར་ཐེ་སྐྱམ་~~  
 ཡིན། ཟུ་མ་མོ་ཡི་དུར་ངོ་ཡིན། ལུད་མེད་ཀྱི་རོ་ཆེན་མོ་ཡིན། མོ་སྤྱི་ཤུར་  
 ལུད་སྤྱ་དེ་ཡིན། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན་བ་ཡིན། མ་ལ་བརྒྱུག་གཅིག་བྲམ་  
 ཆེན་སེ་སྟོད་ཡིན། ལུད་མེད་ལྷུབ་བའི་གྱི་སྤྱུར་ཡིན། བརྒྱུག་གཉིས་སྐྱམ་  
 ཆེན་སེ་སྟོད་ཡིན། མ་ལུ་ཤི་བའི་དུར་ངོ་ཡིན། ལྷག་པར་བྱིམ་བུའི་མོ་ལ་  
 ངན། གསུམ་བརྒྱུག་མ་རྟེན། ཆུ་སྤྱར་ལུ་ལ་བརྒྱུག་སོང་ན། སྐྱམ་ཡང་དག་  
 བཀ་ཆུང་ཟུལ་ཟུལ་ཡིན། མི་ནོར་གཉིས་ཀྱི་འཕེལ་ཆུ་ཡིན། ལལ་ལས་བཟང་  
 མིན་ངན་ཀྱང་ཟེར། ལལ་ཆུ་སྐྱམ་གཉིང་ནས་ནག་པས་ན། མཁོན་ཤ་རྟེན་

གཏིང་ནས་ལེན་མི་ཡིན། །གཅིག་གི་སྤྲོད་དུ་ཆུ་སྒྱུ་མ་ན། །ཡུལ་སྤང་དཔོན་ཆུང་  
གདན་ས་ཤོར། །གཉིས་ཁྱིམ་མཆོས་ཤི་སྒྲོད་འབྲུག་ས་འདྲེ་ཡིན། །ཁྱེད་པར་  
མོ་ཡི་དུར་སྤི་ལང། །གསུམ་དཔོན་འབྲིང་གདན་ཤོར་ཆུང་གསུམ་བརྒྱུག།  
བཞི་དུར་རོ་ཞོར་གྱི་ལྷ་གམ་རིལ། །ལུ་བུ་སྤིང་ཕྱོགས་ནས་གཞོད་འབྲུག་ས་  
འོང། །དུག་ཁྱིམ་ཞིག་མོ་བཙུན་དུར་རོ་ཡིན། །བདུན་པ་སྒྲུབ་དུར་དང་སྒོ་  
ཉིས་འོང། །བརྒྱད་མེད་ཁོག་འབྲུས་བཤིག་ལྷ་གཡ་ཞིག། །དགྲ་ཁང་སྒོན་  
པོན་དན་ལྷག་ས་རོ་ཡིན། །བརྒྱ་ཡར་གྱི་གནམ་རིལ་ནལ་གྱིས་འཕྲུང། །བརྒྱ་  
གཅིག་རི་བོང་ལག་གཡལ་བུས། །མེད་གོ་དཀར་མོའི་སྒྲོག་རུས་བཅག།  
བརྒྱ་གཉིས་གདལ་ཡིས་གོད་མགོ་སྤྲོད། །བརྒྱ་གསུམ་སྒྲུག་གི་བླ་ནག་མགོ་  
ལ་གྱོན། །ལར་ཆུ་སྒྱུ་དན་པ་གཏིང་ནག་ལ། །བཟང་བཤད་ཡེ་ནས་མེད་  
ན་ཡང། །དགྲ་ལ་མ་གཤིན་མཐུ་སྒྲུབ་ན། །སྤྱི་སར་བབ་ན་དགྲ་པོ་སོད། །  
རང་སར་ཆུ་སྒྱུ་བརྒྱུག་བཟང་ན། །དུས་མཆོན་ནག་མོའི་བེ་ཅོན་གྱིས། །  
དགྲ་བརྒྱའི་སྤྲོད་ཐག་ཐང་ལ་ཤོས། ། འདི་སྒྱུ་དཀར་ལི་ཡན་ཞེས་  
སྤྲུབ་ཤད། །རས་དཀར་པོའི་ལྷན་པ་གྲུ་བཞི་ཡིན། །སྤྱི་རེ་པ་མ་གཏོགས་  
ཀུན་ལ་མཛོས། །གནས་མལ་བབ་ལུགས་སྒྱུ་དང་འདྲ། །དེའི་གྲུ་གསུམ་  
དེ་ལ་བརྒྱུག་གཅིག་ན། །སྒྱུ་ལེ་ཨག་གི་སེ་སྤྲོད་ཡིན། །སྤྲོད་མི་མཆུ་ནག་  
ཅས་ཀྱང་བྲ། །ཟུར་ཆས་སྤྱི་སྤྱི་ཞེས་སྤྲུབ་ཤོད། །དེ་ལ་བརྒྱུག་གཉིས་བཅས་  
པ་ན། །སྤྲོད་མི་སྤང་མ་གཡལ་བརྒྱིག་ཡིན། །བརྒྱུག་གསུམ་སེ་སྤྲོད་ཁྱི་མེན་

ལ་ཅེ་བརྒྱུག །འདི་གསུམ་མི་བརྒྱ་ནད་ཀྱི་ཟིན་ནས་ཤི། །དྲ་བརྒྱ་སྒོ་ལུས་  
བཏབ་པ་ཡིན། །ལུང་སྒྲུལ་རོ་ཡིས་གང་བ་ཡིན། །སྒྲུལ་དཀར་ལུ་ལ་བརྒྱུག་  
བཅས་ན། ~~སྒྲུལ་དཀར་བ་མེན་ཆུ་ཤེལ་ཡིན།~~ །ཡེ་ཤུབ་བ་དཀར་  
འོ་མ་ཡིན། །བདག་པོ་ཤར་གཉན་དཀར་པོ་ཡིན། །བརྒྱུག་གཉིས་སྒྲུལ་དཀར་  
ཟི་ཟི་ཆེན་པོ་ཡིན། །མ་ཆེན་སྒྲོམ་རའི་ལྟ་ཆབ་བརྒྱུག །དུང་ལུང་དཀར་མོའི་  
སྒོང་ཆུ་ཡིན། །སྒྲུལ་དཀར་མ་ལུ་གཉིས་བརྒྱུག་ན། །སྒྲིལ་མི་རེ་འབུམ་ས་  
ཁྲ་པོ་ཡིན། །དམག་རྒྱ་ཤ་ཤ་ལེན་གཏས་འཛིན་དང་། །ཤོང་བ་ཚུད་དུས་རང་  
སར་བཟང་། །ལར་སྒོད་མི་མཆུ་ནག་ཅེས་པ་འདི། །གཅིག་གི་སྟེང་དུ་བབ་  
པ་ན། །གཏན་ཆུས་གོ་ཟན་བརྒྱུས་པ་ཡིན། །ཅི་བཏབ་རན་ཀྱང་སྤྱི་ལུ་གསོ་  
ན་བཟང་། །སྤྱི་ལུ་གསོ་ལས་ཐར་པ་ཡིན། །གཉིས་རོང་ཁུང་སྒྲུ་བ་ཐབ་འདོད་  
ཡིན། །ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་རན་པ་ལ། །མོ་བཅུན་རོག་པོ་ཆོལ་ན་བཟང་། །  
སྟོད་མུ་རན་གཉིས་པོ་ཕྱིར་བུད་ཡིན། །གསུམ་གཅགས་ལུ་འེ་ཅེ་མོ་ཆུས་ཁྱེར་  
ཡིན། །ཁུ་ཆ་དུར་དུ་འདས་དོགས་ཡོད། །ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་རན་པ་ལ། །  
ཁ་མཆུ་ཞལ་ལྟེ་གཅོད་ཉིན་བཟང་། །མཛེས་ཀྱི་སྒྲུ་ལྟེ་དར་བ་ཡིན། །བཞི་  
སྒྲུན་རྒྱལ་དུག་གིས་གང་བ་ཡིན། །ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་རན་པ་ལ། །ཡུག་ས་  
བག་མར་ལེན་ཉིན་བཟང་། །མོ་རྫོང་ཁུར་ནས་བུ་ལོར་འཁེལ། །ལྟ་དགའི་  
གི་སྤྱ་སྒྲུས་བུས་པ་ཡིན། །ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་ལ། །ལྟ་པར་རྒྱན་མ་  
ཆས་ཉིན་བཟང་། །ཞགས་པའི་འཇུར་མིག་གང་བ་ཡིན། །དུག་རྒྱལ་མོའི་


མགོ་ལ་མདུན་བབ་ཡིན། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན་པ་ལ། མོ་བཙུན་རྒྱན་  
 ཆ་འདོགས་ཉིན་བཟང་། གསེར་གཡུ་བཀྲག་མདངས་ལྡན་བཡིན། བདུན་  
 ཐོ་སྒོ་འབྲུལ་ཡིས་གཡེང་བཡིན། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན་པ་ལ། སྒྲིས་པ་ཁེ་  
 རག་ཆས་ཉིན་བཟང་། དག་ལོར་ཚུར་ལ་ལོན་བཡིན། བརྒྱད་སངས་རྒྱས་  
 ཆོས་ཁྱིམ་གསལ་གང་། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན་པ་ལ། མ་རབ་རྟ་རྒྱལ་བྱེད་  
 ཉིན་བཟང་། ཡག་ཁ་ཡར་ལ་ཐོན་བཡིན། དགུ་གཤེན་རབ་རྩ་ཆེན་བརྒྱད་  
 བས་བུག ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན་པ་ལ། དག་ལ་ཟོར་ཁ་སྒྲོན་ཉིན་བཟང་། །  
 དག་ཡུལ་ཐན་གྱིས་གང་བཡིན། བརྒྱ་རྒྱལ་ཁང་ཁྲག་གིས་གང་བཡིན། །  
 ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན་པ་ལ། བཙུན་པ་སེར་ཆས་བྱེད་ཉིན་བཟང་། ཡིད་  
 འོང་ནོར་བུ་ལོན་བཡིན། བརྒྱ་གཅིག་དག་སྒྲ་ཅང་སེ་གལ་དུ་བྱ། ཅི་ལ་  
 བཏབ་ཀྱང་ངན་པ་ལ། དུ་སྐྱུག་པ་ག་ལོན་ཉིན་བཟང་། དཔའ་མདུང་དག་  
 ལ་ཐེབས་བཡིན། བརྒྱ་གཉིས་བྱེས་ཀྱི་ཕྱི་ལམ་ཆོད་བ་དེ། ཅི་ལ་བཏབ་  
 ཀྱང་བཟང་བཡིན། ལྷག་པར་གིད་ཆེན་འགྲེད་ཉིན་བཟང་། གཡང་ཁ་མི་  
 འགམ་རྩི་བྱེད་ཡིན། བརྒྱ་གསུམ་དུར་བྱས་གཏམ་ངན་དགུང་དུ་བརྒྱགས། །  
 ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན་པ་ལ། བཙོན་སྐྱུག་དོང་ནས་འདོན་ཉིན་བཟང་། །  
 ཁ་ཐོ་གཏམ་སྒྲན་བཅས་ཏེ་ཐོན། ལུང་པ་ཀུ་རྒྱས་བཀའ་ཉིན་བཟང་། ཁ་  
 མཚུ་ཞལ་ལྷེ་གཙོད་ཉིན་བཟང་། དམག་ཆེན་འདོགས་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །  
 སྐྱུག་དང་གྲོད་བྱུང་མོ་ལ་བཟང་། ཁྱོད་ཀྱི་སྟེང་དུ་བུད་བཡིན། གཤོད་བས་

མི་ཁ་སྤྱབ་ན་བཟང་། ཉེ་དན་པ་འདྲ་ལས་བཟང་ངོ་ཡིན། སྦྱོང་དགའ་གྱོད་  
 མེད་མོ་ལ་དན། སྦྱོང་དང་མི་ཁ་མཐུན་ངོ་ཡིན། ཉེ་ནམས་མ་ནོར་ཞིབ་པར་  
 དབྱོད། སྦྱོང་དཀར་ལུ་བརྒྱུག་རང་ས་དང་། ལྷག་པར་བཞིག་ནམས་སུ་  
 བཟང་། ཁྱི་སར་གཡང་ཉམས་གྱོད་གོད་ངོ་། །  འདི་ལུང་པར་མ་  
 སྦྱོང་ནག་མོ་ཡིན། ཁ་རི་མ་སྦྱོང་མདའ་གཞུ་ཅན། མདའ་གཞུ་གཟུང་ནས་  
 བྱོས་པ་ཡིན། རི་རྩི་འགྲིམ་ཞིང་ཁ་ཐོ་བྱེད། འཐབ་ལ་མི་དགའ་བྱོས་ལ་  
 དགའ། ཁ་སྦྱོང་ཐེལ་མོའི་ཕྱོས་རྒྱ་འདི། སྦྱོང་མོ་དུས་པའི་མཆི་མ་ཡིན། །  
 མ་ཞེས་བྱ་བ་ཐེལ་རང་ཡིན། སྦྱོང་ནི་སྦྱོང་མོའི་ཕྱོས་རྒྱ་ཡིན། ཁ་དེ་སྦྱོང་  
 ཐེལ་ནག་པོ་ཡིན། ཁ་དེ་སྦྱོང་ཐེལ་ནག་མོ་ཡིན། མོ་རང་འབྲུགས་གཞི་  
 རྒྱལ་མོ་ཡིན། ར་ལྷགས་གཡང་གཞི་ལུས་ལ་གྱོན། རེ་བའི་སྒྲེ་རགས་སྒྲིང་  
 ལ་བཅིངས། ལྷས་དན་པོར་ལྷ་མ་རྒྱང་ལ་གྱོན། སྦྱོང་པའི་ཅོ་རྟོ་མགོ་ལ་  
 སྦྱོས། འབྲུག་གི་མཆི་མ་གདོང་ལ་འཛག། ལུ་དན་སྦྱོང་སྦྱོང་སྦྱོང་ཁ་ནས་འདོན། །  
 བད་ཡམས་གྱོད་པ་ལག་ན་ཐོགས། ལུང་སྦྱོང་པོར་ལུ་ག་བཞོན། རེ་སྦྱོང་ནག་  
 པོ་རྒྱུ་ལ་ལུང་། ལག་ག་ལག་པ་ལག་ན་ཐོགས། ལུ་ཟེའི་ལུ་ལུ་སྦྱོང་ལ་  
 བདགས། ཉེ་ལོ་ག་མ་རོལ་དུ་བྱིད། ཉིན་དུ་འགྲོ་ཞིང་སྦྱོང་ལུ་འབོད། སྦྱོང་  
 གྱི་འགྲོག་པ་འབྲུགས་སུ་འཇུག། སྦྱོང་ལུ་འགྲོ་ཞིང་ཉིན་དུ་འབོད། ཉིན་གྱི་  
 ཡུལ་བ་འབྲུག་ལུ་འཇུག། ལུ་ལུ་འགྲོ་ཞིང་མདའ་ལུ་འབོད། མདོ་ཡི་ཞིང་  
 པ་འབྲུག་ལུ་འཇུག། མདའ་ལུ་འགྲོ་ཞིང་ལུ་འབོད། ལུ་ཡི་དགོན་པ་འབྲུག་


ཏུ་འཇུག་། དག་ཟུན་གཉིས་ལ་འབོད་རེས་བྱེད། དག་ཟུན་གཉིས་པོ་འབྲུག་  
 ཏུ་འཇུག་། དེ་བའི་མ་སྐྱམ་མ་འབྲུག་ཅིག་། བྱི་ནང་གང་ཡང་འབྲུགས་གཞི་  
 ཡིན། །འབྲུགས་འདྲེན་ག་མོ་ཙེ་ཟེད་མ། །ལྷ་ས་ངན་སྒྲིག་པའི་བུ་མོ་དེ། །  
 རྩོན་དུ་ཡེ་ངམ་འབྲུགས་འདྲེ་བྱས། །བར་དུ་ལྷ་སྒྲིན་འབྲུགས་འདྲེ་བྱས། །  
 ཐ་མར་གཉན་སྡོང་འབྲུགས་འདྲེ་བྱས། །དེ་བས་མ་སྐྱམ་མ་འབབ་ཅིག་།  
 །ལར་མ་ཞེས་བྱ་བ་འབྲུགས་གཞི་ཡིན། །སྐྱམ་ནི་དུས་པའི་མཆི་མ་ཡིན། །  
 །མ་ནི་གང་མ་ངན་གོས་ལྷག་ཡིན། །སྐྱམ་ནི་ཟད་པའི་མཐར་ཐུག་ཡིན། །མ་  
 །མ་མི་ཅ་ནག་ཡིན། །སྐྱམ་སྐྱམ་ཐེལ་མེད་མྱོས་ཆུ་ཡིན། །མ་མ་སྐར་མ་  
 ཐ་ཤལ་ཡིན། །སྐྱམ་ནི་མཁར་འདྲེ་དུ་རྒྱག་ཡིན། །མ་ནི་མི་ལ་ཙཱ་ཡིན། །  
 །སྐྱམ་ནི་ནག་མོ་གསོད་འདྲེ་ཡིན། །མ་སྐྱམ་འབྲུགས་པའི་གཞི་མ་དེ། །འབྲུགས་  
 འདྲེན་ག་མོ་རལ་གཅིག་མ། །དེ་བས་མ་སྐྱམ་མ་འོང་ཅིག་། །གཅིག་གི་སྡོང་  
 དུ་མ་སྐྱམ་ན། །ཡུལ་ལ་འཕོ་སྐྱམ་བྱེད་དོ་ཡིན། །བུ་ཚ་ཐབ་དུ་ཤོར་དོ་ཡིན། །  
 །བུ་ཤིའི་དུར་ལ་ས་བདག་འབྲུགས། །གཉིས་འབྲུག་གཞི་ནག་མོས་བྱས་པ་  
 ཡིན། །སྒོ་ཐེམ་བར་ནས་བྱི་ནང་འབྲུག་། །ཁྱིམ་མཆོས་བུ་མོ་ཤི་ནས་མཛོ་མོ་  
 རྩོར། །གསུམ་བུ་ཚ་དུར་དུ་སོང་བ་ཡིན། །ཆུང་གསུམ་རྟ་ཡིས་བསད་དོ་ཡིན། །  
 །ཆུང་གསུམ་སྐར་ལ་བྱ་ནག་འབྲུགས། །བཞི་མནའ་མའི་ནལ་གྱིས་གཡང་  
 ལྷ་འབྲུགས། །སྐྱུ་ཚང་ནང་ན་སྐྱུ་ཁྱུང་འབྲུགས། །མནའ་མ་སྐྱེལ་གྱིས་ཤི་  
 དོ་ཡོད། །ལྷ་ལྷ་སྒྲིན་གཉིས་ཀྱི་འབྲུགས་གཞི་ལང་། །བུ་སྒྲིང་མག་པའི་མྱོགས་

ནས་ཅོད། །དྲག་བཙུན་མ་གྱི་ནས་རོ་ཁལ་ལོག། །ཁྱིམ་འཐོར་ཁྱིམ་བདག་  
 མོ་ལ་རྩུབ། །བདུན་པོ་སྒོ་ཁྱག་མའི་ནང་དུ་བཅུམ། །པ་སྒྲུན་ནང་འབྲུག་ལང་  
 རོ་ཡིན། །བརྒྱད་མེད་གའི་ཁོག་བ་འབུ་ཡིས་དགྲུགས། །སྒོ་འགོང་པོས་  
 བསྐྱར་བས་གྲོས་ངན་དན། །སྡེ་ཆེན་ནང་འབྲུག་འོང་རོ་ཡིན། །དགུ་པོན་  
 གྱི་གསས་གལ་ཁྱི་ཡིས་བཀག། །པོན་གཏམ་བྱས་ཆད་འདྲེ་རུ་སོང་། །བཅུ་  
 མ་མེམས་ལོག་ལྷག་གྲུ་ཟན་དུ་མཐོང་། །མ་ཁྱི་བཙོག་ནལ་འབྲུགས་འདྲེ་ལང་།  
 མ་ཡིས་ཁུ་ནི་གསོད་རོ་དང་། །མ་ཁྱི་ཐོག་གིས་བསད་རོ་ཡིན། །བཅུ་གཅིག་  
 རི་བོང་ལག་གཡབ་གྱིས། །མཐོན་པོ་དགུང་གི་ཀ་བ་བསྐྱེལ། །བྱ་བ་དེ་བས་  
 རྒྱུང་བ་མེད། །གྲོད་ལ་དེ་བས་ཆེ་བ་མེད། །བཅུ་གཉིས་བྱང་གི་ཚྭ་ལུང་དེར། །  
 མི་ཐེ་ལེ་འབྲུམས་པོས་གོད་མགོ་རྩྭ། །གྲོག་ལ་དེ་བས་རྒྱུང་བ་མེད། །གྲོད་  
 ལ་དེ་བས་ཆེ་བ་མེད། །བཅུ་གསུམ་སྡེད་གྱི་པོ་བ་མགོ་ཐོག་ཁྱི། །མོ་མཚན་  
 ལྷ་མོ་མགོ་ལ་གྱོན། །དེ་ལ་བྱ་ལྷེའི་འཕྲུ་ཞིག་བཙུག། །མོང་གི་རྒྱན་ཞིག་  
 བཏགས་བ་ཡིན། །ཐམས་ཅད་ཉ་བགད་རོ་ཆའི་རྒྱ། །རི་བོར་རྒྱ་བོའི་སྒོ་  
 ཐོག་ཏུ། །ལྷ་འདྲེ་གཉན་དམག་འདུས་གིང་བརྩད། །གནང་ལ་དེ་བས་རྒྱུང་  
 བ་མེད། །འབྲུགས་ལ་དེ་བས་ཆེ་བ་མེད། །མིང་མེད་བསད་ཅིང་མིང་མེད་  
 བཟུང་། །འོ་ཆ་དམག་ཉེས་རྒྱས་གོར་རོ། །འོ་ལྷ་བྱེས་སུ་འབྲུམས་བ་ཡིན། །  
 དག་གཞི་དུར་གསུམ་ཀུན་ལ་ངན། །ཉི་མ་ཉིན་གཅིག་བཟང་བ་ཡོད། །སྤར་  
 མ་འབྲོས་པའི་ཐེར་མ་ཡིན། །དག་ལ་དབྱེན་སྒྱུར་བསྐྱབ་ན་བཟང་། །



འབྲུག་པ་འཁྲུག་མོ་ཆས་པ་ཡིན། །འཕྱོང་བའི་ལན་དུ་མ་སྒྱུམ་ན། །དམག་གི་ཁྲོམ་ཆོག་པ་དཔྱག་པ་ཡིན། །འབྲེལ་བའི་ལན་དུ་མ་སྒྱུམ་ན། །སྒྲོང་བཟང་དུག་གིས་བཀང་བ་ཡིན། །བཏགས་པའི་ལན་དུ་མ་སྒྱུམ་ན། །བཟང་པོའི་འདུན་མ་ཞིག་པ་ཡིན། །མ་སྒྱུམ་ལན་དུ་བྱ་ཡན་ན། །ཕུ་མོ་ད་བྱ་མོ་ད་འདྲ་བ་གི་ན་ཡང་། །རྩ་བོ་སྒྲུ་བྱ་འདྲ་བ་ཚར་ངོ་ཡིན། །དེ་བཞིན་གལ་བར་བྱེད་ཕྱར་སོགས། །སྒྲིང་དཀར་ཕྱོ་ག་སོགས་སུ་འབྲེས། །མ་སྒྱུམ་ལན་དུ་མ་སྒྱུམ་གྱི། །ཁ་བརྒྱག་མ་སྒྱུམ་འབྲུག་པ་སང་། །ནད་པ་དུག་གི་ཁ་ནས་སོས། །ཁ་བརྒྱག་འབྲུག་པ་འདུམ་དུས་མེད། །མ་སྒྱུམ་ལན་དུ་ཡི་ཡན་ན། །སྒྲོང་གི་ཁྲོམ་བརྒྱག་བཅོ་བརྒྱད་ཡིན། །མ་སྒྱུམ་ལན་དུ་སྒྲོ་བར་ན། །བར་གྱི་གཏིང་བརྒྱག་བཅོ་བརྒྱད་ཡིན། །མ་སྒྱུམ་ལན་དུ་དཀར་ཐོག་ན། །སྒྲོང་གི་ཁྲུལ་ཏྲགས་བཅུ་གསུམ་ཡིན། །བར་དུ་འབྲེལ་བའི་རིགས་བབ་ནས། །བརྒྱད་བཅུ་བཅུ་གཅིག་གང་རུང་ལ། །མ་སྒྱུམ་བཅུ་གསུམ་དཀར་ཐོག་ན། །ན་ཁུག་སྤལ་བའི་བུ་རྩི་ཡིན། །ཁྲུལ་ཏྲགས་རང་ལ་ཐོབ་པ་ཡིན། །ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་ཡིན། །  མ་སྒྱུམ་མ་ལ་བརྒྱག་བཅས་ན། །དམ་གྱི་ཁྲི་ནག་ལྷགས་མགོ་ཡིན། །ཡང་དག་སྒྲིས་མི་ཆེན་མོ་ཡིན། །འབྲུག་པ་བླ་མས་གྱི་འབྲུག་གཞི་ཡིན། །གལ་ཏེ་མ་ལ་བརྒྱག་གཉིས་ན། །དམ་གྱི་ཁྲི་ནག་ལྷགས་མགོ་དེ། །དམ་གྱི་ཡུལ་དུ་འཁོར་འཁོར་ནས། །སྒྲོན་པའི་ཡུལ་བུ་རྩལ་དེ་སྒྲིབས། །སྒྲིབས་ནས་བརྒྱམས་ཏེ་འབྲུག་པ་ལང་། །རང་

སའི་བཅན་སར་བབ་བ་ན། །དམག་དང་ཤལ་ཆེན་མོ་ལ་ངན། །འབྲུག་པའི་  
རྒྱན་ལ་ཆད་དུས་མེད། །གཞི་ལྷ་བ་ཁོག་གསུམ་དུ་ངན། །མཁོན་དང་ཚོད་  
བ་རྒྱན་མི་འཆད། །ཁ་སྒྱུམ་བུ་ལ་བརྒྱག་བཅས་ན། །ནག་ཆུང་ཟལ་ཟལ་  
ཆེན་པོ་ཡིན། །ཡང་ན་ཁ་མོ་དུང་ཆུང་ཟེར། །གཡུ་འབྲུག་སྒོན་མོའི་ཁ་ཆུ་ཡིན། །  
སྒོན་པའི་ཤིག་ལྷག་གཅོད་མི་ཡིན། །གཅོད་ཆེན་མངོ་མ་གསོ་མ་ཡིན། །ཅི་  
ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་ཡིན། །འབྲུག་འདྲེའི་རྒྱད་ལ་བུམས་བ་སྒྲིམ། །དུག་  
སྒོར་སྒྲན་གྱི་འབྲས་བཟང་སྒྲིན། །གཉིས་བརྒྱག་ཁ་མོ་དུང་ཆེན་ཟེར། །དག་  
གཞི་ཀུན་ལ་ཤིན་དུ་བཟང་། །~~རྒྱ་~~འདི་གྱེ་བ་བག་ལེ་ཐེ་སྒྲུམ་ཡིན། །  
གྱེ་བ་རྣམས་གྱི་བུ་མོ་ཡིན། །བུ་མོ་ཡིན་ཏེ་བུ་སྒྲི་བུས། །བདུད་ཅི་ཆུ་ཡི་དྲངས་  
མ་ཡིན། །ཡེ་གྲུབ་བ་དགར་འོ་མ་ཡིན། །སྒྲུམ་གྱི་ནང་ན་དྲངས་མ་ཡིན། །  
ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་ཡིན། །བའོག་གསུམ་དུ་བབས་ན་གཅེས། །སྒོན་  
ལུམ་སྒྲུ་ཆེ་ཤིང་འོ་ཡིན། །སྒྲུ་བཅོས་བུས་ན་མི་གྲངས་འཕེལ། །འདི་ཡི་བུ་  
ལ་བརྒྱག་སོང་ན། །བག་ལེ་སྒྲུམ་གྱི་དྲན་ཆུ་བརྒྱག་ །དོན་གྲུབ་གོགས་གྱི་རོ་  
སོ་ཡིན། །གཡུང་དུང་སྦྱིད་གྱི་བེ་ཆུ་བརྒྱག་ །སངས་པོ་དཀར་མོའི་འོ་མ་ཡིན། །  
ཆེར་མ་མཉེས་པའི་གསོལ་ཆུ་ཡིན། །དག་སྒྲུ་འགྲང་བའི་དྲན་ཆུ་ཡིན། །ཅང་  
སེ་ཆོན་གྱིས་སྒྲེབས་འོ་ཡིན། །དམེ་མཐོ་ལ་བསང་བའི་ལྷ་ཆབ་ཡིན། །ཅི་  
ཡི་མཁུས་བ་ཆེན་མོ་ཡིན། །འཕྱང་ན་རོ་སོས་བདུད་ཅི་ཡིན། །བཅང་ན་  
དབུལ་སེལ་གཏེར་ཁ་ཡིན། །ནད་བཞི་བརྒྱ་གསོ་བའི་སྒྲན་བ་ཡིན། །སྒྲུ་



མོ་རྒྱམས་གྱི་གོ་ལ་ལྷག་ཡིན། །བཞོག་གསུམ་བབས་མི་ནོར་འཕེལ། །བརྩ་  
 བ་མན་ཆད་འབྲུགས་པ་རྒྱལ།།  འདི་སད་མུ་ལེ་རྩུར་གསུམ་ཐེ་སྒྲུམ་  
 མམ། །དུན་གཡུང་དུང་ཐེ་སྒྲུམ་ཞེས་སུ་བྱ། །ལྷ་མོ་དུན་ཏིང་དཀར་མོ་ཡིན། །  
 །ལྷ་དབྱིག་དཀར་པོ་རང་གྲུབ་ཡིན། །རང་སའི་བཅན་ས་གར་བབ་ཀྱང་། །  
 །ཅི་བཏབ་ཅི་ཡི་མོ་ལ་བཟང་། །འདི་ཡི་སྒྲུམ་ལ་བརྒྱག་གཅིག་ན། །གཡུང་  
 དུང་རབ་གྲུབ་བདུད་ཅིའི་རྒྱ་མིག་བརྒྱག །བརྒྱག་ཅི་ཐོག་འདྲ་བ་བརྒྱད་ཅུའི་  
 བརྒྱད། །མོ་མདུད་འདི་ཡིས་ཁྱེར་བ་ཡིན། །རང་སའི་བཅན་ས་གར་བབ་  
 ཀྱང་། །ལོ་ལེགས་ཆོང་ལེགས་རྒྱལ་ལེགས་རུས། །མི་ནོར་གཉིས་གྱི་འཕེལ་  
 བ་ཡིན། །བུ་ལ་བརྒྱག་གཉིས་གལ་ཏེ་བྱུང་། །སད་མུ་ལེ་སྒྲུམ་རྩུར་ཐེ་སྒྲུམ་  
 ལ། །གཡུང་དུང་སྟོད་ལ་དགོ་ཤར་བརྒྱག །གཡུང་དུང་ཡོངས་གྱི་མ་དེ་ཡིན། །  
 །གཡུང་དུང་སྟིང་པའི་རྒྱ་མིག་ལ། །ལྷ་མོ་སྒྲུ་མོ་སྒྲུས་བྱས་ནས། །དྲི་མ་དག་  
 ཅིང་ཁ་དོག་གསལ། །ལྷ་ག་པར་རྒྱས་ཆེན་ཚོད་པ་དང་། །མཁོན་སེལ་གྱི་བ་  
 རྒྱས་བྱེད་ན་བཟང་། །དེ་ལྟར་བརྒྱག་མེད་ཅ་བ་ཡི། །མདུད་པ་ཉི་ཤུ་ཅ་ལྔ་  
 པོ། །སྒྲུམ་རྒྱ་བྱན་འདྲ་བ་ཉེར་ལྔ་ཡིན། །སྒྲུམ་གྱི་ལན་དུ་དེད་དེད་ན། །རྒྱ་ཐིག་  
 བསག་པ་རྒྱ་མཆོར་སོང་། །མི་གཅིག་ཡིང་ལ་སྡེ་གསུམ་འཛིན། །དེ་ཅུ་དུ་  
 གཅིག་ལ་ཁྱུ་གསུམ་རྒྱུགས། །སྒྲིན་དིང་གྲོ་བ་སྟིང་དང་བཅས་པས་བཟང་། །  
 །མོ་འདྲེ་རན་པ་ནོན་པ་ཡིན། །གལ་བར་སྤང་ཆེན་རྒྱ་ལ་དཔལ་རྩལ་རྫོགས། །  
 །ལྷ་ཡི་མི་གངས་འཕེལ་ངོ་ཡིན། །བྱ་ཡུན་སྟིང་གྱི་གནས་སྟོན་ཡིན། །བག་བྱ་

ཉི་མས་རྒྱ་མཚོ་སྒྲེམ། །བྱ་བར་ཆུ་སྒྲིང་ལྷ་བ་མཛེས། །མུ་ས་དབུལ་པོ་ཐུག་  
པོར་འོང། །ལ་ཚོ་དཔལ་དར་མཚོ་ལ་ཕྱར། །སྒོ་ཚོ་སྒྲེ་ཤིང་ལོ་འདབ་རྒྱས། །  
དམུ་དག་མཚོ་ནང་ལྷག་ཐུན་སྒྲེས། །རྒྱལ་པོའི་མི་གངས་གོགས་ལས་ཐར། །  
སྒྲེར་དཀར་སྒྲུམ་སྒོག་སྒྲེར་གྱིས་བཟུང། །རྒྱ་ཕོར་འོ་མར་ཡོང་བ་ཡིན། །  
ཚོལ་ཚེ་རྒྱུ་ཁུ་མར་ཁུར་སོང། །ཁྱུང་བརྒྱད་ཀྱུ་ཁྱུང་གཉིན་དུ་འདུམ། །ཨ་  
ཁད་མཚོ་ནང་སྒྲོན་མེ་བཏེག། །རང་སྒྲོན་གཏམ་རབ་རྒྱས་པ་གཏམ་སྒྲོན་རེད། །  
སྒར་ཟེ་གདོང་གི་མཆི་མ་ཆད། །ཁྱོད་བུར་མྱེང་པོ་མི་འགབ་རྒྱ་ནས་ཐོན། །  
ཕྱི་བུར་ལང་བས་སྤང་མཁུག་ཟེན། །བག་ཕྱི་ནད་པ་སྒྲོན་བས་བསྐྱལ། །  
ཡར་ཕྱིང་རྒྱལ་ལ་ཁ་ཞག་ཆགས། །སྒྲུམ་མཉམ་གྱོད་ཀྱི་སྒྲི་རགས་ཆད། །ཅི་  
ར་མཚོ་ལ་སྒྲེ་ཤིང་རྒྱགས། །གཡུང་དྲུང་རྒྱ་བུན་རྒྱ་མཚོར་འཁྱིལ། །ཀྱེ་བ་  
རྒྱ་ལྷུ་མ་མི་གངས་འཕེལ། །ད་རོག་ཡུལ་རྒྱ་རྒྱ་མཚོར་འཁྱིལ། །མུ་དབལ་  
ཐུག་ཤིན་ཁྱུས་ལ་ཕྱོན། །སྒྲུམ་རོ་བག་བཙོག་འདྲེ་ལང་བ་ཡིན། །ནད་པ་  
ཡིན་ན་མི་འཆིའོ། །བྱ་རལ་ནལ་རོ་ཁྱི་ཡིས་ཟ། །ནད་པ་ནད་ཡུན་རིང་ཙམ་  
ཡིན། །ཡི་ཡན་བུ་མོ་སྐབ་མ་ལ། །ནང་ནོར་རྒྱ་དགུའི་ཐུག་ནས་ཤོར། །ཁར་  
ཕྱིང་བུ་ཕྱིང་གཡུ་ཐུང་པོར། །སྒོ་བར་མོ་བཙུན་གྱོད་ལ་ཐོགས། །སོ་ཡོན་  
རྒྱ་སྤང་བསྐལ་པ་འཕུགས། །རུ་སོད་རྒྱལ་བདུད་ཟམ་རྒྱགས། །མ་ཟེ་སྒྲོན་  
ལ་བཙན་ལམ་དོད། །ན་འབན་རྒྱ་བོ་གཞུང་ནས་རལ། །~~རྒྱ་~~ རྒྱ་གསུམ་  
གཉིས་དེ་སོ་སོར་སོང། །བྱ་རལ་ཞེས་སུ་གྲགས་པ་སྟེ། །བྱ་རལ་འཇང་ཁྱི་



ར་ཆར་ཅན། མིན་པ་དབྱེད་ཀྱི་རིང་ལ་བབས། དབྱེད་ཀྱི་དབྱེད་ལྟ་རི་བཀྲ་དེ། །  
 བལ་དང་བཙོག་གིས་མཐོལ་ཉིན་བབས། །ལ་དེ་རི་སྒྱུང་རུང་མོ་ཡིན། །མ་  
 བོ་སྒྲོག་ལྷུ་མ་འཕར་མ་ཡིན། །ཁོ་རང་གི་ཡི་རྒྱལ་པོ་ཡིན། །ངམ་རྩེ་ཚོལ་པོའི་  
 སྒོ་གི་ཡིན། །ཁོར་སྒྱུང་གི་ཡི་སྒྲུ་མདུད་འདི། །བྱ་རལ་མ་ཡིན་བྱེ་བྲལ་ཡིན། །  
 བྱེ་བྲལ་ཀུན་གྱི་རྩ་བ་ཡིན། །ཟད་པ་མཐར་ཐུག་རྩ་བ་ཡིན། །ལ་དེ་ག་ཟད་  
 རུས་པ་ཡིན། །མ་ནི་ས་ཟད་དོ་བ་ཡིན། །བུ་མར་ཟད་སྒྲོག་པ་སྒྱུ་མོ་ཡིན། །  
 གནམ་ས་ཟད་པའི་དུམ་བུ་ཡིན། །ཁྱི་ཁ་སྒྱུ་ཅན་གྱི་བགས་པ་ཡིན། །ཁྱི་ཁ་  
 རུས་གྱིས་བཅད་པ་ཡིན། །སྒྲེའུ་རིགས་རྣམས་གྱི་ངན་སྡེ་ཡིན། །གནམ་ས་བྱེ་  
 པའི་རྩ་བ་ཡིན། །ལས་གྱི་རྒྱུང་ནག་མེ་ཁྱེར་ཡིན། །ཁོ་མོ་འབྱེད་པའི་འབྱེད་  
 འདྲེ་ཡིན། །ངམ་གྱི་ཁྱི་ནག་ལྷགས་མགོ་ཡིན། །དབྱེད་གཞི་དོན་གསུམ་ཀུན་  
 ལ་ངན། །~~ལ་དེ་ལྟ་བུའི་གཞུང་ལ་བརྒྱུག་སྒྲོང་ན།~~ །བྱ་རལ་ལག་དཀར་  
 ཐོང་ཁ་བརྒྱུག །ཁྱི་ནག་དང་ཁ་དཀར་པའི་སྒྲུ། །དེ་ལོག་ནག་མོ་གྱི་ཁྱེར་ཟེར། །  
 ལ་ལས་བྱ་རལ་ལག་ནག་ཟེར། །ཁྱི་ནག་ལུམ་བུས་བརྒྱུག་པའི་མོ། །ཡུངས་  
 མ་འདེབས་ན་ཡག་ངོ་ཟེར། །བྱ་རལ་ལུམ་སྒྱུང་ཞེས་ཀྱང་ཟེར། །སྒྲོ་བརྒྱུག་  
 ཁྱི་རྩ་འབྲུངས་བས་ལྟ་ཞལ་མཐོལ། །བཙོག་དང་ནལ་གྱིས་ལྟ་མཐོལ་ངོ་། །  
~~ལྟ་བུའི་གཞུང་ལ་བརྒྱུག་གཅིག་ན།~~ །བྱ་རལ་རིན་ཆེན་བྱ་བ་ཡིན། །  
 དུང་བྱུང་གྲུང་གྱི་ནོར་བུ་ཡིན། །མོ་ལ་ནོར་བུ་མང་ཡོད་ཀྱང་། །རིན་ཆེན་  
 ནོར་བུ་འདི་ལས་མེད། །འདི་མ་སངས་སྒྱུ་མཁར་རྩིག་པ་ལ། །མཁར་ཕྱིར་

འོ་བ་ཀྱིས་བསྐྱོར་ཉིན་བབ། །འདི་སྤྲད་དུ་བྲ་བ་ལ་ལིང་ཡིན། །ལན་དུ་བྱོད་  
ལུང་བབ་བ་ན། །བྲ་བ་སྤྱུ་ཐོག་རྒྱས་བ་ཡིན། །བར་དུ་ཀོ་མོག་བྲལ་བྲིལ་ལ། །  
ལན་དུ་ལྷི་ལུང་བབ་བ་ན། །ཀྱུར་སྒྲམ་གཉིས་ཀྱི་ཆང་ཡག་བཟང་། །སྟོད་  
དུ་གད་བ་བྲག་བྲིག་ལ། །རྒྱ་མིག་མགོ་པོ་དོལ་ན་བཟང་། །ལན་དུ་ཆོལ་ཅེ་  
འདན་དགར་ན། །སྟོ་སང་ལི་མ་དོལ་བ་ཡིན། །ལི་ཡན་རྒྱུང་བེང་སྤུབས་སྤུ་  
རལ། །དགུན་རྒྱ་གསུམ་གྱི་མོ་ལ་ངན། །བཅུ་གསུམ་སྟེང་དུ་འདི་བབ་ན། །  
མཐའ་ཡི་རྒྱ་མཆོའི་ཕ་མཐའ་ནས། །མི་མཆོག་རྒྱལ་བུ་དགེ་དོན་དེས། །ཡིད་  
བཞིན་ལོར་བུ་ལོན་བ་ཡིན། །བརྒྱད་དང་བཅུ་གཅིག་གར་བབ་ཀྱང་། །བུ་  
ལོར་རིན་ཆེན་ཆང་བ་ཡིན། །གནས་མལ་རྣམ་གསུམ་གར་བབ་ཀྱང་། །ཕ་  
མཆོར་བུ་ཡིས་ཟེན་དོ་ཡིན། །དམག་རྒྱ་གཉིས་ལ་སྟོད་དུ་གཅིས། །གནང་  
ལ་གསེར་དཔལ་གཡུ་གསུམ་ཐོབ། །རྒྱས་ལ་ས་ཕྱེད་གནམ་ཕྱེད་ཐོབ། །བུ་  
རལ་བུ་ལ་བརྒྱག་གཉིས་བུང་། །བུ་རལ་གསེར་དཔལ་ཉི་ཤར་ན། །ཡིད་  
བཞིན་ལོར་བུ་འབར་བ་བརྒྱག། །ཡང་ན་རྒྱ་གྲམ་ལ་སྟོད་ཟེར། །བཅུ་གཅིག་  
བཅུ་གསུམ་གར་བབ་ཀྱང་། །རྒྱལ་པོ་གསུམ་གྱི་བུ་སྟོད་ནས། །སྤྱག་མགོ་  
ར་བུག་ལག་རྟགས་ཐོབ། །གསེར་ཐམ་དཔལ་ཐམ་མོ་ཡོན་ཕྱེད། །དེ་ཡང་  
ཕྱི་སར་སྟོ་བྲག་གཅོད་རྟ་དགོས། །བུ་རལ་བུ་ལ་བརྒྱག་གསུམ་བཅས། །  
བུ་རལ་སྟེལ་སྟག་དོམ་གསུམ་ལ། །སྟོང་གསུམ་འཁོར་ལོ་བྲུ་བ་བརྒྱག། །ཡང་  
ན་གསེར་ཅི་ཆེན་པོ་ཟེར། །སྟོ་འཛམ་བུ་སྤྱིང་གི་བུང་དོས་ན། །རྣམ་ཐོས་

སྤྲུལ་གྱི་བང་མཛོད་བརྒྱུག། སྤྲིང་བཞིའི་ཚོར་གྱི་ཆེ་བ་ཡིན། ཁོར་ལ་མི་སྤྲིང་  
 དགྲ་སྤྲིང་ཀྱང་། །ཁམས་གསུམ་གསོ་བའི་ཚོར་འདི་ཡིན། རྟོང་གསུམ་གང་  
 བའི་ཚོར་ཡིན་ནོ། སྤྲེལ་གྱི་མེས་པོ་མི་ཡི་ཡབ། མགོ་ནག་མི་ཡི་གོ་ལ་ཕུག་  
 ཡིན། བྱ་རལ་མ་བརྒྱུག་ཁུ་བརྒྱུག་ན། བྱ་རལ་བྱ་མོ་རམ་རམ་ཟེར། སྤྲུག་  
 པོ་སྤྲུས་ཆེན་བརྒྱུག་ཅེས་བྱ། །མ་རྒྱན་བྱ་བ་ཁ་ཆེ་ཡིན། ཁེར་མ་རྟོད་ཁ་སྤྲང་  
 སྤྲེ་ཡིན། དབྱའི་ཡུལ་མཁར་ཁྱར་མིང་བྱེད་མི་ཡིན། དམག་ཇག་གཉིས་  
 ལ་རྟོད་དུ་གཅེས། མ་ཁུ་གཉིས་ཀའི་ཁོག་བརྒྱུག་ན། བྱ་རལ་མ་བྲ་བྲ་བྲ་  
 ཡིན། དེ་ཡང་ཤལ་ཆེན་དམག་ལ་བཟང་། །~~ཁུ་བྱེད་སྤྲུལ་ལ་ཕུག་~~  
 འཕུས། སྤང་བར་བྱ་རལ་ཞེས་བྱ་སྟེ། གནམ་ས་ཕྱི་བའི་བྱ་རལ་ཡིན། །  
 རམ་གྱི་སྤྲེལ་ནག་ཉེ་འབྱེད་ཡིན། སྤྲེལ་རན་བྱེད་རྣམས་ཀྱི་གོ་ལ་ཕུག་ཡིན། །  
 སྤྲུལ་བའི་སྒོ་རྒྱན་སྤྲེལ་ནག་ཡིན། ལོ་མལ་གང་བབ་མི་གི་རུས། ཁ་ཁོག་  
 བབ་ན་གཞིས་ཤོར་ཡིན། ཁོར་སྤྱ་བྱ་བ་ན་ཚོར་ཤོར་ཡིན། རྟོད་དུ་བབ་  
 བ་རྒྱས་ཤོར་རུས། སྤང་བྱ་ལ་མཁར་ཁ་བརྒྱུག་བ་དེ། སྤང་བར་ཐེུ་རྒྱང་  
 ལག་དཀར་ཡིན། སྤྲེལ་བ་བརྒྱུག་ན་སྤང་དང་འགྲོགས། བྲན་དང་སྤྲོན་པོ་  
 འཛོག་ན་བཟང་། དེ་ཁོག་ཐེུ་རྒྱང་སེ་རྟོད་ཡིན། སྤྲེལ་ནག་གི་བའི་གྱི་སྤྲུར་  
 ཡིན། སྤྲེལ་ལོ་བ་ལ་གྱི་རོ་ཡོད། རྟོན་བ་ཁྱི་ཁྱིད་མོ་ལ་བཟང་། གཞན་  
 མ་ཅི་ལ་བྱ་བ་ཀྱང་ངན། སྤྲོ་བརྒྱུག་ཐེུ་སེ་རྟོད་ཀྱི། སྤྲེལ་ནག་ཕྱེ་ལ་སྤྲུར་  
 ཐག་བརྒྱུག། མི་འགག་ནས་འཆི་འམ་ཕྱེ་བས་ནས་འཆི། དབྱ་གཞི་དུར་གསུམ་

ཀུན་ལ་ངན། །  སུང་བྱལ་ལུ་ལ་བརྒྱལ་བཅས་ན། །སུང་བར་ལུག་  
 བ་གསེར་མིག་ན། །འབྲུག་བྱེད་ཟངས་གྱི་འདབ་མ་བརྒྱལ། སླེལ་སྒྲག་ལུག་  
 བ་གསེར་མིག་འདི། །འདྲུ་འདྲུ་སླེལ་གྱི་ཕ་ཀན་ཡིན། །ཡབ་སླེལ་དཀར་  
 གསེར་མགོའི་སྒྲ་དེ་ཡིན། །འབྲུག་ས་པའི་མོ་ལ་སྟོད་དུ་གཅེས། །བྱི་སར་སློ་  
 བྲག་ངན་སྟེ་ན། །དཔའ་པོ་བསང་ནས་སླེལ་དམག་བརློག། །དགྲ་དམག་  
 བརློག་པའི་སླེལ་དེ་ཡིན། །བརྒྱལ་གཉིས་གནམ་སའི་བར་གྱི་འོད་ཟེར་ལས།  
 རྒྱ་འབྲུལ་སྒྲུལ་པའི་སླེལ་ཞིག་སྟེ། །སུང་བར་གསེར་སླེལ་དཔུལ་གསོག་  
 བརྒྱལ། །ནག་རིགས་བརྒྱལ་གི་ཆེ་སྟེ་ཡིན། །འདྲུ་འདྲུ་སླེལ་གྱི་གོ་ལ་ལུག་  
 ཡིན། །རང་སའི་བཅོན་སྐུ་ར་བའ་ཀྱང། །བྱི་སར་སླེལ་རིགས་ངན་སྟེ་ནས།  
 ཅེ་མོ་སང་དང་སང་ཁམས་ན། །སླེལ་དཀར་གསེར་མགོ་གག་གིས་ལང་། །  
 གག་གིས་ལང་ནས་ཁྱུང་ཏེ་མཚོང་། །བཅུ་གསུམ་གོང་གི་ཡང་སྟེང་ན། །གཡུ་  
 འབྲུག་སྟོན་མོའི་ཟེ་བ་བཀོག། །སྟོག་ལུམ་འཕར་མའི་བསེ་སྟེང་བཅད། །  
 བལ་པོ་སྟོན་གྱི་རྒྱ་ཐག་བཀྲལ། །དགྲ་ཆོག་ས་ཁྲ་མོའི་སྟེང་ཆོག་ས་སྟེང་། །  
 གནང་ལ་འདི་བས་ཆེ་བ་མེད། །རྒྱས་ལ་འདི་བས་མཐོ་བ་མེད། །   
 སུང་བར་ལུག་ཀྱང་བརྒྱལ་སོང་ན། །སུང་བར་ནེ་ཆོད་པའ་པོ་སངས། །དུང་  
 སླེལ་མགོ་ལ་ཐོར་རྒྱགས་བརྒྱལ། །འདི་སླེལ་དཀར་ཡེ་ནས་དཀར་བ་ལ། །  
 ཐོར་རྒྱགས་གསེར་ལས་བྱས་བ་ཡིན། །འདི་ཡང་དག་སླེལ་གྱི་ཐེར་མ་ཡིན།  
 །དགྲ་ལ་རྩམ་པའི་དགྲ་སྒྲ་ཡིན། །བྱུན་ལ་སྒྲུབས་པའི་ཐེར་མ་ཡིན། །དགྲ་








རྫོང་འཛམས་པའི་ཐོབ་ཡིན། །གནང་ཕྱག་ནས་འདོན་པའི་རྒྱང་ཕྱད་ཡིན། །  
 དུང་སྒྲེལ་དཀར་པོའི་ལུས་པོ་ལ། །རིན་ཆེན་གསེར་གྱི་ཐོར་ཚུགས་ཅན། །  
 རྩོམ་ཆོན་ལྷགས་གྱི་སྒྲེར་མོ་ཅན། །གདུག་བྱེད་སྒྲེལ་གྱི་དམག་འདུས་ཀྱང་། །  
 བརྩེ་པོ་མན་ཆད་འདི་བཟ་ན། །སྒྲེལ་དམག་ལོག་ནས་ཤིང་ཐོག་ལོན། །དག་  
 མོད་གནང་ཐོབ་གཉིས་ཀ་རུས། །ཕུང་བྱལ་མ་བྲུ་ཀྱན་བརྒྱག་ན། །གནམ་  
 ས་གཤུ་བསྐྱོར་བརྒྱག །རིན་ཆེན་འདུས་པའི་སྒྲེལ་ཡིན། །ཉྱེད་མོ་དབྱི་ཐུམ་  
 ལྷགས་པ་གྲོན། །གནམ་ལྷགས་དཔལ་གྱི་ཤམ་ཐབས་བདགས། །འཇའ་  
 ཆོན་ཁ་མའི་རྣ་རགས་བཅིང་། །གནས་ལྷགས་སྐྱ་གྱི་ཐུག་ན་བསྐྱམས། །  
 དག་མཁར་བསྒྲེལ་པའི་ཐེར་མ་ཡིན། །སྤྲེད་དུ་སྒྲེལ་གྱི་རན་སྒྲེ་ནས། །ཉྱེད་  
 དུ་སྒྲེལ་ཆེན་འདི་བཟས་ན། །ས་གཞི་ཙམ་གྱི་དམག་བརྒྲོག་ནས། །ནམ་མཁའ་  
 ཙམ་གྱི་གནང་ཐོབ་རུས། །རི་རབ་ཙམ་གྱི་ཟས་ཟོས་ནས། །རྒྱ་མཆོ་ཙམ་གྱི་  
 རྒྱལ་འཁུང་རུས། །འདི་སྒྲེལ་གྱི་དམག་དཔོན་ཚོ་དོར་ཡིན། །  
 བུདེ་ལྷགས་ཐག་གསུམ་འབྲེལ་ན། །ཁྱེ་བ་སུམ་ཁུང་བྱ་རལ་ཡིན། །ལ་ལས་  
 སུམ་བརྒྱུད་བྱ་རལ་ཟེར། །ཐེར་ཁྱི་དང་ལེ་དྲུང་ལེ་ཡིན། །ཁྱི་གསར་མཐོགས་  
 པའི་ཐེར་མ་ཡིན། །སུམ་ཁུང་མ་ལ་བརྒྱག་བཅས་ན། །ཁུང་ཆེན་སེ་རྩྱེད་  
 བྱ་བ་ཡིན། །ཁུང་གསོག་དུག་རྒྱས་ནས་དོང་དུ་ལྷུང་། །ནད་པ་ཁ་ཐོ་བྱས་  
 བས་ཤི། །འབྲུག་པ་རྒྱལ་བ་ཐོབ་ནས་ལད། །དོན་ཁ་གཉིས་བསྐྱབ་ན་ཕྱི་  
 དེས་ལད། ། ཐུ་གུ་སུམ་ཆོམ་ཕན་ཚུན་འབྲེལ། །སད་ཐུ་ལེ་བྱར་

གསུམ་བྱ་རལ་ལམ། །དུན་གཡུང་དྲུང་བྱ་རལ་ཞེས་ཀྱང་བྱ། །གཡུ་སྒྲེལ་  
མཚོང་གི་སྒེར་མོ་ཅན། །སྒྲེལ་རིགས་ནམས་ཀྱི་དབྱ་བྲ་ཡིན། །ཕྱི་སར་སྒྲེལ་  
རིགས་ངན་སྒེ་ནས། །རང་སའི་བཅའ་སར་འདི་བབ་ན། །ཁྱི་ཚོ་སྒྲེལ་གྱི་  
དམག་བསྐྱས་ནས། །ས་བདག་ཡུལ་དུ་དམག་དྲང་བས། །ཐེ་ཐེ་རྒྱལ་པོའི་  
ལུ་ཆ་བསད། །ས་བདག་ཞོར་གནང་མང་པོ་ཐོབ། །དབྱ་གཞི་དོན་གསུམ་  
ཀུན་ལ་བཟང། །དེ་ཡི་མཁར་ཅེར་བརྒྱག་སོང་ན། །ཡ་རབ་ལུ་སད་བྱ་བལ་  
ལ། །གཡུང་དྲུང་ཐུགས་ཀར་བྱ་རལ་བརྒྱག་ །སྒྲིང་ལྷ་ཡི་སྒྲེལ་དཀར་དཔལ་  
མདོག་ཡིན། །མུ་ཏིག་དཀར་དམར་ན་ཆར་བརྒྱན། །གནམ་ལྷགས་གཏུན་  
ལུ་ཐུག་ན་བསྐྱམས། །དབྱ་མཁར་བསྒྲེལ་བའི་སྒེར་མ་ཡིན། །ཕྱི་སར་བྲག་  
དང་སེ་སྟོད་ནས། །རང་སའི་བཅའ་སར་འདི་བབ་ན། །ཡ་རབ་གསུམ་གྱི་རྒྱལ་  
ཁ་ཐོབ། །མི་རབས་གསུམ་གྱི་ཐུག་རྗེ་ལུས། །གཉིས་སོགས་མ་རྟེད། །འདི་  
ནམས་ཀྱི་བརྒྱག་བཤད་མ་རྟེད་རིགས་ལ་བཟང་ངན་བྱ་རལ་ཁོག་དང་མཚུངས་པར་སྐྱར་བ་སོགས་རིགས་  
མཐུན་སྐྱར་གསུང་མཛད།




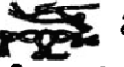


མོ་ཁོག་སྒྲེལ་གཅིག་འཇུས་ནས། །ལུ་དེ་ཐུ་གསུམ་འདུག་པ་ནི། །སྐྱ་བྲག་བྱ་  
རལ་བྱ་བཡིན། །དེ་ཡི་ལུ་ལ་བརྒྱག་གཅིག་ན། །སྐྱ་བྲག་རིན་ཆེན་ཁྱི་འོད་ཟེར། །  
རིན་ཆེན་འོད་འབར་སྒྲེལ་གྱི་རྗེ། །སྐྱ་བརྟན་ཁོ་རྩའི་སྒྲེལ་ལ། །དམར་འབར་  
ཟངས་གྱི་མཆེ་སྒེར་ཅན། །རྩ་འཇུལ་ཟེར་གྱི་ན་བཟང་གསོལ། །གནམ་  
ལྷགས་ཟངས་གྱི་ག་རུང་བསྐྱམས། །དབྱ་སྒྲིང་འདྲིན་པའི་སྒེར་མ་ཡིན། །

ལྷག་པར་ཤ་ལེན་མོ་ལ་བཟང་། །རང་སར་སྟོད་དུ་འདི་བབ་ན། །དག་ཕྱབ་  
 ལྷས་རྒྱལ་གནང་གིས་འཛེངས། །ཕྱི་སར་ཤོ་ལ་དུ་མི་རུང་དོ། །གཉིས་བརྒྱག་  
 ལ་སོགས་དེ་བས་བཟང་། །དཔེར་ན་བྱ་རལ་རིན་ཆེན་བཞིན། །  
 མ་དེ་སྤྲ་མ་ལྟ་བུ་ལ། །ཕྱག་གུ་སྒྱུ་ལ་གཅིག་འཇུག་པ། །སྒྲ་བྲག་ཕྱང་བར་  
 བྱ་རལ་ཡིན། །ཀྱུ་ཅང་དབྱིག་གུ་བྲག་ཅེས་བྱ། །དག་གཞི་ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་  
 ངན། །འདི་གནམ་ས་བྱ་རལ་ཞེས་བྱ་སྟེ། །བཟའ་ཆང་བྱེ་བའི་བྱེ་བྲལ་ཡིན། །  
 དེ་བཞིན་དཔོན་གཡོག་གཉིན་ལ་ཆོན། །སྟོང་ཁམས་བྱེ་བའི་བྱ་རལ་ཡིན། །  
 མཁའ་དང་གཡུ་འབྲུག་བྱེ་མི་ཡིན། །གངས་དང་སེང་གེ་ནགས་དང་སྟག་ །དཔའ་  
 བོ་མཆོན་དང་སྤར་མ་དག། །རྩེ་དཔོན་ཡུལ་དང་བྱེ་མི་ཡིན། །བདུན་ལ་ཆོབ་  
 ཆེ་རོ་བདུན་ཡོད། །འབྲིང་ལ་ཁྲོད་མ་བདུན་འཆི་ཞིང་། །ཐ་ན་གཡག་གཉིས་  
 ཤིང་ཡིན། །ནད་པར་རྟ་བྱི་གཡག་ནག་སོགས། །དུད་འགོ་དང་ནི་སྒྱུད་ཆའི་  
 རིགས། །རྩ་བའས་སྤྲུལ་ཕྱགས་རེ་བ་སོགས། །དོས་ནག་མགོ་བཅོས་གདོན་  
 ངོ་ཡོད། །ལོ་མལ་གང་བབ་བདུད་ཆད་ཡིན། །བཞིག་གསུམ་དུ་པ་སྒྲ་བསྒྲུར་  
 དོགས་ཡོད། །གཡག་ནག་སྤྲུལ་སྒྲེལ་སྒྲུ་ནག་སོགས། །དོས་ནག་བཀལ་ལ་འབྲུལ་  
 བ་བྱུབ། །འདི་ཡི་བྲལ་བརྒྱག་གཅིག་ན། །ཀྱུ་ཅང་གསེར་གྱི་ཡང་ཐོག་ཟེར། །  
 ཡང་ན་གནམ་ས་སྟག་མོ་སྟར་ཆེན་ཡིན། །མདུད་བ་སྒྱུ་བརྒྱད་ལྟ་ལ། །  
 འདི་བས་བཅན་བ་གཅིག་ཀྱང་མེད། །བཅན་བོའི་ནང་གི་སྤེལ་མེད་ཡིན། །  
 བཅུ་གསུམ་ཐོག་ཏུ་བབ་པ་ན། །སོ་སྤེལ་མེད་ཡ་ཐོད་གནམ་དེ་གསལ་གས། །

མོ་ཁྲིལ་མེད་གཅིན་གྱིས་ས་སྒྲིང་བཀམ། །མ་ལུ་གཉིས་ལ་བརྒྱག་བཅས་  
 བ། །ཀྱ་ཅང་གོང་འཛོམས་ལ་སྒྲོད་རྒྱག་ །དམག་དང་དག་སྒྲགས་བབ་ཆོག་  
 ཡིན། །སྒོ་བརྒྱག་ཀྱ་ཅང་སྒྲིག་པའི་རུ་བརྒྱག་ །དམུལ་བའི་འོག་གི་རྒྱུང་  
 བག་ཡིན། །ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ལྷག་པར་ངན། །འོ་མལ་གང་བབ་བདུད་གཤེད་  
 ཡིན། ། མ་དེ་སྒྲ་མ་ལྷ་ལ། །ལུ་ལུ་གསུམ་འབྲེལ་ལྷགས་ཐག་  
 འབྲ། །སྒྲ་བྲག་སུམ་ལྷུང་བྱ་རལ་ཡིན། །ཡང་ན་གྱེ་བ་ལག་ཆག་བྱ་རལ་ཟེར། །  
 མི་ཟད་མགོ་བོ་ཀྱང་ལ་ཐུག་ །སྒོ་ཟད་རྗེས་སུ་ལྷ་ལ་འབངས། །སྒོས་ཟད་  
 དུད་པ་ལ་ཆས་བྱས། །རྟ་ཆད་མགོ་བོ་ལྷགས་གིས་འབྲབ། །སྒོ་བརྒྱག་མི་རྟའི་  
 གྱི་བདུད་ཡིན། ། མ་དེ་སྒྲ་མ་དི་བཞིན་དེ། །ལུ་དེ་སྒྲ་གསུམ་གསུང་  
 ལྷུང་འབྲེལ། །སྒྲ་བྲག་ཟུར་གསུམ་བྱ་རལ་ཡིན། །བྱ་རལ་གནམ་གྱི་རྒྱུང་རིང་  
 ཟེར། །མར་གཏོའི་སེལ་གཞི་ཡག་པ་ཡིན། །སྒོ་བརྒྱག་ལྷུང་ན་ཤིན་ཏུ་ངན། །  
 མོ་ལ་ཐིག་གཉིས་སོ་སོར་འཇུས། །ལུ་དེ་སྒྲ་གསུམ་འཇུག་པ་  
 བ། །དམུ་ནམ་བྱ་རལ་བྱ་བ་ཡིན། །ལ་ལས་དམུ་ངམ་བྱ་རལ་འབོད། །དམུ་  
 བམ་བྱ་རལ་བྱ་ཁོག་ཡིན། །དམུ་ནམ་ཤེའུ་རྩ་བྱ་རལ་ཟེར། །སྒོ་ན་པའི་སྒྲེལ་  
 བག་སྒོ་རྒྱན་ཡིན། །འོ་མར་བབ་ན་མི་ཤི་བུས། །བ་ཁོག་བབ་ན་གཞི་བརྒྱས་  
 བུས། །སྒྲོད་དུ་བབ་ན་རྩས་ཤོར་བུས། །ཁོར་ལྷུང་བཏབ་ན་ཁོར་ཤོར་ཡིན། །  
 ལུ་བརྒྱག་མིང་འདོགས་མ་རྟེན་ཀྱང་། །རིན་ཆེན་སྒྲ་བས་དང་ཕྱོགས་མཚུངས་  
 དབྱང་། ། མ་དེ་སྒྲ་མ་ལྷ་ལ། །ལུ་དེ་ལྷུང་བར་དུ་སོང་ན། །དམུ་

ནམ་མཐར་བར་བྱ་རལ་ཡིན། །བྱ་རལ་བར་མཛོད་ལག་གཅིག་ཡིན། །འུ་ལ་  
བརྒྱུག་གཅིག་བཅས་པ་ན། །དུ་བྱལ་བཅོན་གྱི་ཐོར་ཚུགས་ཅན། །དམག་  
ཇག་གཉིས་ལ་སྟོད་དུ་བཟང་། །~~མ་དེ་དུ་ནམ་མཐར་བྱུང་།~~  
དུ་ནམ་མཐར་བྱུང་བྱ་རལ་ཡིན། །ཡང་གྱེ་བ་ག་ན་བྱ་རལ་ཟེར། །ལྷགས་  
སུ་བརྒྱུག་ན་སྟོད་དུ་འབྱུང། །ཡར་ལ་བཞག་ན་མ་རལ་འདྲིལ། །ལྷ་དོ་བྱས་  
ཀྱང་འདྲེ་དོ་རེད། །སྒྲོན་ནམས་རང་ལ་ཆང་བའི་དོ། །~~མ་དེ་དུ་~~  
ནམ་མཐར་བྱུང་། །དུ་ནམ་མཐར་བྱུང་བྱ་རལ་ཡིན། །རྒྱུ་གི་བར་ཆེན་རྒྱུ་  
མཁོ་གས་ཡིན། །བྱེ་བ་ཁྲིམ་རུམ་བྱར་ལ་ཟེར། །རྫོ་མཆོན་མེད་པར་གཡུལ་  
དུ་ལྷགས། །དམ་ཆོག་ཉམས་པས་དབང་བསྐྱར་བྱེད། །སྒྲོན་བཟང་དུག་མེད་  
བས་ནད་པ་བཅོས། །མི་མཐར་རང་བརྒྱུག་རེད་པའི་དོ། །~~མ་དེ་སང་~~  
གྱི་གཉིས་ཀར་འབྲུལ། །དོན་ལ་དུ་རམ་ཅམ་ཐིག་སོང་། །འུ་དེ་གྲུ་གསུམ་  
དུ་འདུག་པ། །དུ་བྱལ་བྱ་རལ་ཞེས་སུ་བྱ། །འདྲུག་གྱོད་གྱི་རྒྱུང་ནག་ཡིན། །  
ཕན་ཚུན་འབྱེད་པའི་ལྗེ་མིག་ཡིན། །སྒྲོ་དུག་དུག་གི་ཆེར་མཐར་ཡིན། །ལྷ་མི་  
བྱེ་བའི་བྱ་རལ་ཡིན། །དེ་ཡི་འུ་ལ་བརྒྱུག་གཅིག་སོང་། །དུ་བྱལ་བྱ་རལ་  
རིན་ཆེན་འདི། །ལྷགས་སྒྲེལ་ཟངས་གྱི་ཟེ་བ་ཅན། །རྒྱུ་འབྲུལ་རྒྱུང་གི་རྒྱ་ལ་  
ཞོན། །མིན་ཡུལ་ནག་པོ་ལྷ་ཡུར་དུ། །མིན་པོ་ལྷ་མཁོ་བཅུ་བསད། །  
མིན་མོ་དཀར་གསལ་གནངས་སུ་ཐོབ། །མིན་སྐྱུག་སྐྱུག་དགུ་ཆུ་ལ་བསྐྱར། །  
མིན་གྱི་གསལ་གང་མེ་ལ་བསྐྱེག། །དམག་ཇག་གཉིས་ལ་སྟོད་དུ་གཅིགས། །

སྒྲེལ་གྱི་མེར་མ་དག་ལ་ཆས། །དག་སོད་མགོ་བོ་ཐོབ་དོ་ཡིན། །དེ་ལ་གལ་  
ཏེ་བརྒྱག་གསུམ་བྱུང་། །སྒྲེང་ནམ་མཁའ་འོད་ཀྱི་སྒྲོག་སྒྲེལ་ཡིན། །སྒྲེལ་རིགས་  
མང་སྟེ་འདི་བས་སྟོབས་ཆེན་མེད། །རིན་ཆེན་མི་ཡི་ལུས་པོ་ལ། །གནམ་ལྗམས་  
སྒྲེལ་གྱི་མགོ་བོ་ཅན། །སྒྲེལ་གནམ་ལྗམས་བྲབ་མོ་མནལ། །དབུ་ལ་ཐོག་  
གི་ཕྱོག་མོ་གསོལ། །ཕྱོག་ལ་སྒྲོག་གི་འཕྲུ་ཞིག་བཙུགས། །འཕྲུ་ལ་ཐོག་སེར་  
ལྷ་ལྷ་འཕྲོ། །དག་བརྒྱ་བསད་པའི་དཔའ་བྱས་ཡིན། །སྟོད་གསུམ་བཙན་ས་  
གར་བབ་ཀྱང་། །ཟམ་སོར་བྲག་དང་སེ་སྟོད་ན། །དག་རལ་བ་ཅན་ལ་གྲངས་  
མེད་སོད། །གནངས་རིགས་མི་གཅིག་ལྷ་བརྒྱ་ཐོབ། །~~མ་དེ་དམུ་~~  
བྲག་བྱ་ལྷང་བར། །དམུ་བྲག་ལྷང་བར་བྱ་རལ་ཡིན། །བྲུ་ལ་བརྒྱག་གཅིག་  
སོར་བ་ན། །དམུ་བྲག་ལྗམས་ཀྱི་ཐོར་ཚུགས་ཅན། །བདུད་ལ་དཔའ་བའི་  
པོ་ཉ་ཡིན། །~~མ་དེ་དམུ་~~ མ་དེ་དམུ་བྲག་བྱ་གསུམ་བརྒྱང་། །དམུ་བྲག་སུམ་  
ལྷང་བྱ་རལ་ཡིན། །ཀྱེ་བ་དམུ་བྲག་བྱ་རལ་འདི། །སྒྲན་བ་སྒྲེབས་ནས་ནད་  
པ་འཆི། །རབ་མདའ་སྒྲེབས་ནས་དཀོར་ནོར་ཤོར། །བར་མི་སྒྲེབས་ནས་  
མགོ་སྒྲུ་བྱ། །~~མ་དེ་དམུ་~~ མ་དེ་དམུ་བྲག་བྱ་སུམ་ཟུར། །དམུ་བྲག་ཟུར་གསུམ་  
བྱ་རལ་ཡིན། །དམུ་ནམ་ཙམ་ཐིག་སུམ་ཟུར་ཀྱང་། །རྒྱང་ནད་ཅན་ལ་ངན་  
པའི་དོ། །~~མ་དེ་སྒྲུམ་~~ མ་དེ་སྒྲུམ་ལ་སོ་ཡིས་བཀྱག་ །བྱ་དེ་བྱ་གསུམ་བྱུང་བ་  
ན། །སྒྲུམ་བྲག་བྱ་རལ་ཞེས་སྒྲུ་བྱ། །བཙུ་ལ་བབ་ན་ནད་པར་བཟང་། །  
བརྒྱད་བྱ་ཡར་བྱིམ་གསར་འབྱུང་བར་བཟང་། །ལར་སྟོད་དུ་བྱ་བ་རྒྱང་ལ་

ཟད། །བར་དུ་བར་མཛོད་ལས་ལ་ཟད། །སྒྲུབ་དུ་ཐད་ཡངས་མཐའ་ནས་  
ཟད། །འདི་ཡི་བྲུ་ལ་བརྒྱུག་གཅིག་ན། །སྒྲུམ་བྲག་བྱ་རལ་ཁྲི་འདུས་ན། །  
ཡང་ཛོད་ལྷགས་གྱི་ཁྲུག་མ་བརྒྱུག །སྒྲེལ་རིགས་རྣམས་གྱི་གནས་དེ་ཡིན། །  
 མ་དེ་སྒྲུམ་བྲག་བྱ་ཐུང་བར། །སྒྲུམ་བྲག་ཐུང་བར་བྱ་རལ་ཡིན། །  
སྒྲུམ་བྲག་དམུ་ཐུ་བྱ་རལ་ཟེར། །ཟངས་སྒྲེལ་དགུ་ལ་རམ་བ་ཡིན། །བྲུ་བརྒྱུག་  
སྒྲུམ་བྲག་ཟངས་གྱི་ཐོར་ཚུགས་ཅན། །ལར་བྱ་རལ་བྲེ་གནི་གད་པོ་འདི། །  
གནམ་ས་བྲེ་བའི་བྱ་རལ་ཡིན། །ལྷ་སྒྲིབ་འབྲུག་བའི་གནི་མ་ཡིན། །ཡེ་རམ་  
གནིས་གྱི་འཐབ་དོ་ཡིན། །སྒྲུ་བྲུང་གནིས་གྱི་འཐབ་ཤིང་ཡིན། །སྒྲེལ་དཀར་  
ཡེ་ནས་དཀར་བ་ལ། །གསེར་མགོ་ལོག་ནས་བཏགས་བ་ཡིན། །སྒྲེལ་དམར་  
ཡེ་ནས་དམར་བ་ལ། །སྒྲུ་མིག་མཚལ་གྱིས་བྲིས་བ་ཡིན། །སྒྲེལ་ནག་ཡེ་  
ནས་ནག་བ་ལ། །རྩ་བར་ཐུན་བ་འབྲིགས་བ་ཡིན། །འདི་འདུག་ནི་རི་རབ་  
ཟུར་ལ་འདུག །མི་འགྲུལ་ལན་གཅིག་འགྲུལ་ཅན། །རི་རབ་དག་ཀྱང་ཐུལ་  
ལ་བཤིག །རྒྱ་མཚོ་དག་ཀྱང་ཆལ་མཚོལ། །སྒོན་གྱི་ཁྲིལ་གྱི་ལྷ་ང་སྒྲེལ་ཛོད་  
དེར། །འདུ་འདུ་སྒྲེལ་གྱི་ལ་མཐར་བཅས། ། མ་དེ་སྒྲུམ་བྲག་བྱ་  
གསུམ་བརྒྱུང། །སྒྲུམ་བྲག་སུམ་བྲུང་བྱ་རལ་ཡིན། །ཀྱེ་བ་གཤེན་ཚུ་བྱར་  
ལའང་ཟེར། །ཀྱེ་བ་ཁྲི་སྒྲན་བྱར་ལའང་ཟེར། །དུར་ལ་མེ་འབར་ན་ཆ་བརྒྱུག །  
གི་རང་སྒོག་རང་གིས་བཅད་བའི་དོ། ། མ་དེ་སྒྲུམ་བྲག་བྱ་སུམ་  
ཟུར། །སྒྲུམ་བྲག་སུམ་ཟུར་བྱ་རལ་ཡིན། ། མ་དེ་སུམ་འབྲེལ་ལྷགས་

ཐག་འདྲ། །འཁྱེད་ཀྱི་གསུམ་འདུག་པ་ན། །ཤིང་ཤག་བྱ་རལ་ཞེས་སུ་འབོད། །  
 ལ་ལས་ཀུན་དབྱངས་བྱ་རལ་ཟེར། །ངམ་གྱི་ཟངས་སྒྲེལ་དམར་པོ་ཡིན། །  
 བཤིག་པར་བྱེད་པའི་སྒྲེལ་ཞིག་ཡིན། །ངན་བྱེད་གདུག་པའི་སྒྲེལ་ཡིན་ནོ། །  
 བ་ཁོག་བཙན་བྱིས་གར་བབ་ཀྱང་། །ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན་པ་ཡིན། །འཁྱེད་  
 ལ་བརྒྱུག་གཅིག་བཙས་པ་ན། །ཤིང་གཤགས་མཆོང་གི་ཐོར་ཚུགས་ཅན། །  
 ཟངས་སྒྲེལ་ཤེལ་གྱི་རྩ་ཆར་ཅན། །གདུག་བྱེད་སྒྲེལ་གྱི་དམག་བསྐྱུས་ནས། །  
 ཟངས་སྒྲེལ་མཆོང་རྒྱུན་གཤེག་ཡིན། །སྟོང་གྱི་བཙན་ས་གར་བབ་ཀྱང་། །  
 ངམ་སྒྲེལ་གདུག་པའི་དམག་ཆོགས་བསད། །སྒྲེལ་གྱི་རྒྱལ་དྲགས་སྒྲེལ་གྱིས་  
 ཐོབ། །དམག་དང་རྒྱལ་པ་གཡུལ་འདུག་ལ། །བརྒྱ་གཅིག་བརྒྱ་གསུམ་འདི་  
 བབ་ནས། །བྱི་སར་སྒྲེལ་གྱི་ངན་རིགས་ན། །སྒྲེལ་གྱིས་སྒྲེལ་ལས་གཡུལ་  
 རྒྱལ་ཐོབ། །འདི་ལ་བརྒྱུག་གཉིས་བཙས་པ་ན། །མཆོང་སྒྲེལ་གཡུ་ཡི་རྩ་  
 ཆར་ཅན། །སྒྲེལ་རིགས་འདུས་པའི་ཡང་སྟོང་ཡིན། །བྱི་སར་སྒྲེལ་རིགས་  
 ངན་ཇེ་དང་། །རྒྱ་ཞིབ་སྟོང་བྱག་ངན་ཇེ་ནས། །བརྒྱ་གཅིག་བརྒྱ་གསུམ་འདི་  
 བབ་ན། །མཆོང་སྒྲེལ་ཟ་འདོད་མཆོང་རྒྱུན་དེ། །ཐེའུ་རང་གདུག་པའི་ཡུལ་  
 དུ་མཆོང་། །དམག་དཔོན་མང་སྟུ་ལྷ་ཐེར་བསད། །ཐེལ་མོ་བཞིན་ལེགས་  
 གནངས་སུ་ཐོབ། །རྫོང་བཙོམ་མཁམ་གཞི་མི་ནོར་ཐོབ། །~~མ་དེ~~ མ་དེ་  
 ཤིང་ཤག་སུ་སྤང་བར། །ཤིང་ཤག་སྤང་བར་བྱ་རལ་ཡིན། །སུ་བརྒྱུག་བསེ་  
 ཡི་ཐོར་ཚུགས་ཅན། །ཤིང་སྒྲེལ་ཟས་གྱི་བརྒྱད་དང་འཕྲད། །~~མ་~~ མ་



དེ་གིང་ཤག་ཁུ་སྐྱུ་བརྒྱུད་། །ཀྱེ་བ་གིང་ཤག་བྱ་རལ་ཡིན། །རྟུ་ཟན་རི་  
 ལྟར་ཉིལ་བ་ཡིན། །རྟུ་ཆང་མཆོ་ལྟར་འབྱིལ་བ་ཡིན། །སྒྲིད་ལ་སྒྲིད་ཆད་  
 འབྱུང་བའི་ངོ་། ~~མེད་པའི་ཐུ་ཐིག་གི་ཐུ་ཐིག་གི་ཐུ་ཐིག་~~ མེད་པའི་ཐུ་ཐིག་གི་ཐུ་ཐིག་  
 ཟུར་བྱ་རལ་ཡིན། །བྱ་རལ་སྒྲིན་བྱི་སོ་སོར་ཡིན། །རྟ་མཛོད་བརྒྱུག་མཁྱོགས་  
 མི་སོ་དབའ། །བྱ་རལ་ནམས་ཀྱི་ཐུ་ཐིག་ཀེ་ཆ་སོར། །སོ་སོའི་རྟུ་འབྲུལ་བྱ་  
 རལ་ཟེར། །རྟུ་འབྲུལ་ཆེ་བའི་སྒྲེའུ་ཡིན། །རང་སར་དག་ཡུལ་སྤུང་བྱེད་ཡིན། །  
 བཟང་དྲག་ཐུབ་བར་དགའ་བ་ཡིན། །དེ་ལྟར་བྱ་རལ་སོ་སོག་ལ། །མདུད་  
 བའི་ནམ་འབྲུར་འདྲ་མིན་དུག །བྱ་ལ་བཞི་ལས་མི་སྒྲིད་བས། །དུག་ལ་བཞི་  
 སྐྱུར་ཉི་ཤུ་བཞི། །བྱ་རལ་ཆགས་འཛིག་ཉེར་བཞི་ཡིན། །ལ་ལས་ཐུ་ལེ་ཟུར་  
 གསུམ་དང་། །གཡུང་དྲུང་བྱ་རལ་སོ་སོར་བཅི། །བྱ་རལ་ཉེར་ལྔ་ཞེས་འདོད་  
 གྲང་། །ཉེར་ལྔར་གསུངས་པའི་གཞུང་མེད་ཅིང་། །དེ་ལྟར་བཅིས་ན་སོ་  
 དུག་འབྲུར། །གཡུང་དྲུང་ཟུར་གསུམ་མ་ཡིན་པའི། ~~ཐུ་ཐིག་གི་ཐུ་ཐིག་~~ ཐུ་གསུམ་  
 དཔལ་བེའུ་ལྟ་བུ་འདི། །དིང་དིང་སོགས་ཀྱི་ཁོག་བརྒྱུག་སྐབས། །ཐུ་ལེ་ཟུར་  
 གསུམ་མིང་བཏགས་གྲང་། །དོན་ལ་ཁོག་བརྒྱུག་མདུད་ལུགས་ཞིག །ཡིན་  
 ཟུར་བྱ་རལ་བྱ་ལ་ཡང་། །ཁོག་བརྒྱུག་ཉིད་ཡིན་ར་བསྐྱར་ན། །བརྒྱུག་ཁ་  
 གསལ་པོར་མཛོན་བ་ཡིན། །དེ་ལྟར་མ་འབྲུལ་གཤམ་བར་བྱ། །བྱ་རལ་ཆགས་  
 འཛིག་ཉེར་བཞི་ལས། །རྩ་བའི་སྤང་བར་བྱ་རལ་དང་། །སྐྱ་བྱ་སྐྱུ་བྱ་ག་  
 སྤང་བྱལ་དེ། །སྤང་བར་གསུམ་པོ་འདི་དག་ནི། །ལྟ་སྤང་སྒྲིད་པའི་སྒྲེལ་

གསུམ་ཡིན། །ཁྱད་པར་དེ་གསུམ་སྒོ་བརྒྱག་ན། །ངན་པའི་ནང་ནས་ངན་  
བ་ཡིན། །སྤྱིལ་གྱི་ངན་རིགས་སྤྱི་སར་བབ། །རང་སར་བབ་རིགས་བབ་  
བའམ། །གཞན་ཡང་བབ་སྡེ་བརྒྱག་བབ་ན། །སྤྱིལ་གྱི་བཀའ་རྟགས་  
ཐོབ་ཅེས་བྱ། །བརྒྱག་ཁ་ཐོབ་ཅིང་མི་ནོར་འཁེལ། །སྤྱད་དུ་བབ་སྡེ་སྤྱད་  
དུ་སྤྱིལ་ངན་རིགས། །བབ་ན་སྤྱེའུ་རྟིང་ལོག་ཅེས། །དག་གཞི་དུར་གསུམ་  
ཀུན་ལ་ངན། །བྱ་རལ་ཆགས་འཛིག་ཉེར་བཞི་པོ། །གཅིག་གི་སྤྱང་དུ་བབ་  
བ་ན། །གཞི་ལ་བྱག་རལ་འོང་ངོ་ཡིན། །ལ་སྤྱེས་མནའ་ཚོས་ཡུལ་ལྟ་ཁྱད། །  
བྱེ་བུལ་ངོ་ཡིན་གསོན་འདྲེ་གཞོད། །ཁྱད་པར་སྤང་ཁད་རིགས་བབ་ན། །  
ཡུལ་ཤོར་འཕོ་འཕུག་ཁད་བ་དྲིབ། །ས་དོག་མོ་གཞུང་ནས་རལ་བ་ཡིན། །  
འདི་གཞི་བྱས་སྤྱེ་བའི་བྱ་རལ་ཡིན། །དེ་ཡི་བརྩ་གཅིག་བྱ་རལ་ན། །གཞི་  
བྱས་དེས་པར་སྤྱེ་བ་ཡིན། །བརྩ་གཅིག་ཨ་ཁད་ཅེ་མ་ན། །སྤྱག་མཆོང་ལེགས་  
གཅིག་གིས་ནགས་མཐར་སྤྱེབ། །བརྒྱག་བབ་མེ་བཙའ་གཅིག་བཞག་བས། །  
དབྱུང་ལེགས་ནད་བརྒྱ་ཐོན་བ་ཡིན། །གཉིས་ལ་ཁྲོམ་ཁ་འདྲེ་ཁ་གཞོད། །  
ཡུལ་ལྟ་མཁོན་ཞིང་བྱིམ་མཆོས་སྤྱེ། །འོན་ཀྱང་གཉིས་ཀྱི་བྱ་རལ་འདི། །  
བན་དང་སྒོ་བྱིད་སྒྲ་མདུད་ཡིན། །ཁོལ་པོ་གསོས་བ་ལས་ལ་རེམ། །ཁོལ་  
མོ་གསོས་བ་བྱན་ལ་མཁས། །སྒོ་བྱི་སྤྱག་ལས་ངར་བ་ཡིན། །དེ་ཡི་བརྩ་  
ལ་བྱ་རལ་ན། །གནམ་ས་བྱེ་བའི་བྱ་རལ་ཡིན། །བརྩ་ཡི་དྲིང་དྲིང་བྲག་  
དཀར་ན། །ཐོད་བ་སྤྱ་གཅིག་འཁེན་ལེགས་བས། །རབས་ཆད་དབྱ་དབྱ་

ཐུལ་བ་ཡིན། །མུང་ཁད་འདྲེ་གདོན་ཡས་ལམ་སྟེ། །ཕྱི་འདྲེ་དག་ལ་ཆས་  
 པས་བཟང་། །རིན་ཆེན་ལ་སོགས་བརྒྱུག་བཟང་ན། །རབས་ཆད་མི་རྒྱད་  
 འཕེལ་བ་ཡིན། །གཞན་མ་ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན། །གསུམ་ལ་བྱ་རལ་སྒྱུ་བོ་  
 ཅན། །སྒྲོ་ཐེམ་ནང་གི་དོང་ལྟུང་ཡིན། །དམ་སྤྱི་རྒྱུད་སྤྱི་འགྲུལ་ངོ་ཡིན། །ཁྱད་  
 བར་མུང་བྱལ་བབ་ན་དེས། །རིམ་གྱོ་གཙུག་གཏོར་དཀར་ནག་འདོན། །  
 དེ་ཡི་རྒྱལ་ལ་བྱ་རལ་ན། །མ་དང་ཐུ་མོའི་བྱེ་བྲལ་ཡིན། །རྒྱལ་ལ་མ་ཆོ་དུང་  
 སྒྲོང་ན། །རལ་ཁ་ལན་གཅིག་འབྱེད་ལེགས་པས། །གཏན་གྱི་དཔལ་གྲགས་  
 ཐོབ་བ་ཡིན། །བརྒྱུག་བཟང་ཉ་ཆོང་དོལ་བས་བཟང་། །བཞི་ལ་ཆོས་ཟངས་  
 སྤྲིག་གིས་བསྐྱད། །ཁྲུ་ལ་ཐབ་དང་བཅོམ་གིས་མཐོལ། །གཡང་ཉམས་དམར་  
 ངོ་གོད་ཡམས་འོང། །མུང་ཁད་ཁྲུ་ཆོང་ཞིག་བ་ཡིན། །དེ་ཡི་བརྒྱད་ལ་བྱ་  
 རལ་ན། །མ་ཐུ་སྟེ་བའི་བྱེ་བྲལ་ཡིན། །བརྒྱད་ལ་དཀར་ཐོག་གཡུང་དུང་ན།  
 འབྲས་དཀར་ཐུལ་གང་འདེབས་ལེགས་པས། །འབྲུ་སྒྲུམ་བང་བ་གང་བ་  
 ཡིན། །བཞི་ཡི་བྱེ་བྲལ་བརྒྱུག་བཟང་ན། །ཁྱུང་སྒྲོང་སྟོད་ལྟུང་རལ་ཡོན། །  
 ལྷ་དག་པོའི་སྒྲ་མཐར་ཞིག་བ་ཡིན། །དག་པོ་སྒྲོ་བྱི་རེད་བ་ཡིན། །དེ་ཡི་  
 བདུན་ལ་བྱེ་བྲལ་ན། །མ་སྒྲུན་སྟེ་བའི་བྱེ་བྲལ་ཡིན། །བདུན་ལ་གལ་བར་  
 ཐོད་དཀར་ན། །མོ་སྒྲུན་གཡུ་སྟེང་བཏགས་ལེགས་པས། །མི་ཡི་རྒྱང་གངས་  
 རྒྱུགས་བ་ཡིན། །ལྷ་ལ་བྱེ་བྲལ་བརྒྱུག་བཟང་ན། །རྒྱན་བཟང་ནང་ནོར་ཐག་  
 པས་བྱིར། །རྒྱལ་གི་སྟེང་དུ་བྱེ་བྲལ་ན། །མོ་བཙུན་སྤྱི་བང་མཛོད་སྟོང་། །

བྱེ་བྲལ་བྱ་ངན་འབྱུང་དོགས་ཡོད། །སྤྱི་མཆོད་སྤྱི་འབུམ་བསྐྱུགས་ན་བཟང་། །  
དེ་ཡི་བརྩ་གཅིག་བྱ་རལ་ན། །ཁྱིམ་གཞིས་བྱེ་བའི་བྱ་རལ་ཡིན། །བརྩ་གཅིག་  
སྤྱི་མ་ཆུང་བྱ་བརྒྱག་ན། །གཡའ་འབྱུམ་སྤྱི་གཡུ་རྟེན་ལེགས་པས། །ཁྲིད་ཀྱི་  
ཆུ་མིག་རྟོལ་བ་ཡིན། །དུག་གི་སྡེང་དུ་རིན་ཆེན་ན། །སྡོད་སྡེང་ཁྲོམ་ཆེན་རང་  
སར་ལེགས། །བདུན་ཀྱི་སྡེང་དུ་བྱ་རལ་ན། །ཁོ་སྤྱོད་བདུད་བཅད་སྤྱི་ཆོ་ཡར། །  
སྤྱོ་སྤྱོད་མར་བརྩུག་ནས་ཤད་དུ་བྱས། །སྤྱོ་ཡར་འཐེན་མར་འཐེན་གྲོས་མི་  
མཆམ། །དེ་ཡི་བརྒྱད་ལ་བྱ་རལ་ན། །པ་སྤྱོད་ངེས་པར་བྱེ་བ་ཡིན། །བརྒྱད་  
ལ་མ་སང་བྱོད་ལུང་ན། །མགོན་པོ་དབྱེད་ཤེད་འདོན་ལེགས་པས། །རྟོ་སྤྱོད་སྤྱོད་  
བལ་ལས་ཡང་བ་ཡིན། །བདུན་ལ་བྱ་རལ་བརྒྱག་བཟང་ན། །སྤྱིས་བྱ་རང་  
འདོད་རང་གིས་བསྐྱུབ། །བརྒྱད་ཀྱི་སྡེང་དུ་བྱ་རལ་ན། །དམ་པ་ཆོས་ཀྱི་གདན་  
ཁྲི་ཞིག །མི་ཆེན་སྤྱོད་རང་འདུན་མ་ཉམས། །རིམ་གྱོ་བསྐྱེད་བཤགས་བརྒྱ་བཞི་  
དང་། །རྒྱུད་རྟེན་ཅོག་ལོ་གངས་འཇུགས། །དེ་ཡི་བརྩ་གཅིག་བྱ་རལ་ན། །  
རྩ་མི་ངེས་པར་བྱེ་བ་ཡིན། །བརྩ་གཅིག་རྩ་རྩེ་ཁ་ལ་ངན། །ཁོ་རྩས་གསུང་  
རྒྱད་འདོན་ལེགས་པས། །གཡུ་འབྱུག་ང་རོ་ཐོན་བ་ཡིན། །བརྒྱད་ལ་བྱ་རལ་  
བརྒྱག་བཟང་ན། །རྩ་རི་རབ་རྩེ་ནས་བྱོན་བ་ཡིན། །དགུ་ལ་བྱ་རལ་སྤྱི་བོ་  
ན། །རྩ་བ་སྤྱོད་སྤྱོད་དཔེ་པར་ལ་གྱུ། །འོན་ཀྱང་ལེའུ་ཁང་པོར་ངན། །  
གདོན་དུ་བྱད་དང་དམ་སྤྱི་གོད། །དེ་ཡི་བརྩ་གཅིག་བྱ་རལ་ན། །ཁང་མཆོན་  
བྱེ་བའི་བྱ་རལ་ཡིན། །བརྩ་གཅིག་གལ་པར་བྱོད་དཀར་རྩ། །སངས་སྤྱི་བྱེད་

རྒྱུ་པ་པ་ན། ཁོན་གཤེན་རྒྱུ་འཕུལ་སྒྲོན་ལེགས་པས། །ལྟ་རིལ་ལྟ་བུ་  
ལེབ་པ་ཡིན། བརྒྱད་ལ་བྱ་རལ་བརྒྱག་བཟང་ན། ཁོན་ཆེན་བསྐྱེན་པ་ཏྲགས་  
ཐོན་ཡིན། བརྒྱ་ཡི་སྤྲེད་དུ་བྱ་རལ་ན། །ཡར་གྱི་གནམ་སྒོ་བྱེ་བ་ཡིན། །འཕོ་  
སྒྲུལ་བྱེ་བལ་ལོ་ར་གོད་ལོད། །དེ་ཡི་བརྒྱ་གཅིག་བྱ་རལ་ན། །མ་སྒྲུ་དེས་པར་  
བྱེ་བ་ཡིན། བརྒྱ་གཅིག་སྒྲིན་དེད་དཀར་མོན། །ཤག་མའི་ཡུང་པོ་སྒྲུངས་  
ལེགས་པས། །ཤག་མ་གསེར་བྱེར་སོད་བ་ཡིན། བརྒྱ་ལ་བྱ་རལ་བརྒྱག་  
བཟང་ན། །ཡང་དག་མཐུ་ཆེན་ལེར་མ་ཡིན། བརྒྱ་གཅིག་སྤྲེད་དུ་བྱ་རལ་  
ན། །དག་སྒྲུའི་གནས་སྤྲོད་ལོ་འབྲས་ཉེས། །དེ་ཡི་བརྒྱ་གསུམ་བྱ་རལ་ན། །  
པ་སྒྲུ་དེས་པར་བྱེ་བ་ཡིན། བརྒྱ་གསུམ་བྱ་ཡུན་དཔུལ་ཆབ་ན། །དག་སྒྲུའི་  
བྱ་སྤྲང་འཛུགས་ལེགས་པས། །ལྟ་ཡི་ཤེས་སྒྱུན་དང་ལྟན་པ་ཡིན། བརྒྱ་  
གཅིག་བྱ་རལ་རིན་ཆེན་ན། །མི་གངས་དག་སྒྲུའི་དཔའ་མཁའ་ཡིན། བརྒྱ་  
གཉིས་སྤྲེད་དུ་བྱ་རལ་ན། །དག་ཤི་གཡག་འབྲེལ་གཞོད་པ་སོད། །དེ་ཡི་  
བརྒྱ་གསུམ་བྱ་རལ་ན། །དཔོན་གཡོག་བྱེ་བའི་བྱ་རལ་ཡིན། བརྒྱ་གསུམ་  
ཡུང་བརྒྱད་དཔུལ་མདངས་ན། །ཡི་གཤེན་སྒྲོན་པ་པོར་ལེགས་པས། །གསོན་  
གཤེན་འབྲེལ་ཐག་བཅད་པ་ཡིན། བརྒྱ་གཉིས་བྱ་རལ་བརྒྱག་བཟང་ན། །  
ཤི་མིག་གསོན་ལ་ལྟས་པ་ཡིན། བརྒྱ་གསུམ་སྤྲེད་དུ་བྱ་རལ་ན། །བྱི་ཡི་འཕྲ་  
བ་གཡའ་བ་པ་ཡིས། །དཔུང་སྒྲོན་ཁོལ་དུ་དེབ་པ་ཡིན། །ཡར་བྱི་སར་བཟང་  
ཁམས་འབྲེལ་སྤེན་ས། བརྒྱ་གསུམ་བྱ་རལ་སྒྱུ་བོད། །ཡུལ་བདེ་ས་འཛོམ་

མོ་ལ་ངན། རྒྱན་རབ་པ་མཚུན་གནས་ཁང་རྒྱད། ཁོ་ལ་ཐོ་ཅན་གྱི་ཕ་སྐད་  
ཤོར། མི་མངོས་གཤིན་ཅན་གྱི་ངོ་ཚ་ཞིག། དགའ་སྦྱིད་དབལ་གསུམ་ངམ་  
ལ་ཤོར། ལྷག་ཐོངས་བྱུང་གསུམ་བྱལ་དུ་བཞག། ཅི་ལ་བདེ་བ་ཀྱང་ངན་  
པ་ལ། ལྟ་དམག་དག་ལ་ཚད་ན་བཟང་། མི་དམག་ཁྲོམ་དུ་བསྟུང་ན་བཟང་།  
མཐུ་དང་བྱད་ཀ་གཏོང་ན་བཟང་། དམག་ཆེན་ཕྱོ་སྐྱག་བྱེད་ན་བཟང་།  
ཞལ་ཕྱེ་གཏུག་ཤར་བྱེད་ན་བཟང་། དག་ལ་གཡུལ་ཆེན་འབྱེད་ན་བཟང་།  
ནད་པ་འཆི་ཐུག་མོ་ལ་བཟང་། ལ་དོན་ཆེན་བརྒྱ་བན་བྱིར་བུད་པོ། སྤྱི་  
ཡིན་ན་གྱོད་ཐར་ཡིན། བརྒྱ་གསུམ་སྟེང་དུ་བྱ་རལ་གྱི། བརྒྱག་བཟང་བྱུང་  
ན་ཐུབ་པར་དཀའ། ད་ནི་བྱ་རལ་ལན་དབྱེད་ལ། སྦྱིར་རང་སར་བྱ་རལ་  
རིགས་ངན་དང་། བྱི་སར་མྱི་བྱར་ལ་སོགས་པའི། ལས་དྲག་བབ་ན་དག་  
ཡིངོ། དེ་ལས་བརྒྱུག་ན་པར་ལ་ཐུབ། རང་སར་ཆོལ་ཆེ་སོགས་སྦྱུམ་རིགས།  
དེ་ལན་བྱི་སར་བྱ་རལ་ན། ཟུན་གྱི་འོ་ཟངས་འཇངས་བྱིས་འཐུང་། བྱིགས་  
གང་ཡིན་ཟམ་སོ་བཞི་དང་སྦྱར། བརྒྱུག་ན་རང་བྱིས་དག་བརྒྱད་འཐུང་།  
བྱ་རལ་ཆགས་འཇིག་ཉེར་བཞི་བོ། སྦྱ་མཁར་གཅིག་ལ་བརྟེན་པ་དེ།  
གལ་བར་དུང་སྤང་ཐོད་དཀར་ཡིན། བྱ་རལ་བ་དུབ་མི་དཔྱད་གཤེད། དེ་  
སོགས་ལན་དུ་བྱུང་ན་བཟང་། གང་བྱུང་གནས་མལ་འཐོར་ཞིག་དེ། ལན་  
ངན་ན་ངེས་ལ་བཟང་ན་ཐུབ། ལན་ནི་སྟེང་འོག་གཉིས་སྟེ་ཡོད། ད་བྱ་རལ་  
ལན་དུ་དྲིང་དྲིང་ན། བྱ་རལ་བྱེ་བ་གནམ་གྱིས་བྱུབ། དགུང་སྟོན་ཁད་དུ་

ཆགས་པ་ཡིན། མིད་པ་བར་དུ་བརྟན་པ་ཡིན། །ཁ་རྩེ་ཆེན་པོ་འོང་བ་ཡིན། །  
 ཞ་མཁར་མིད་པའི་མཁར་ཆེན་བརྩིགས། །ལོ་གསུམ་མི་ལ་གྱོད་མི་འོང་། །  
 བྱ་གིང་དབུལ་སྤྱུག་མང་གསུམ་ཟད། །བཅོན་ཕྱག་འཕེན་གསུམ་གྱི་ནས་  
 འོང་། །ཡུག་ས་མགོ་འཛིན་བྱེད་པར་བཟང་། །སྒྱིན་དིང་མཆོར་ས་སྒྲོས་པས་  
 རའོ་སྤྱད། །དབུལ་པོའི་བང་བ་གསེར་དུ་སོང་། །ཁ་མཆུ་སྐར་ཁུང་ནང་ནས་  
 སོང་། །གལ་བར་བྱེ་མིའི་ས་མཁར་དེ། །རིན་ཆེན་སྒྱ་ལྷའི་མཁར་དུ་སོང་། །  
 མཁར་ལ་བ་གམ་ཐོགས་པ་ཡིན། །ལྷག་བར་ཡུལ་འཛིན་མོ་ལ་བཟང་། །  
 བྱ་ཕུན་ཐང་དུག་གི་འོག་ནས་ཐར། །མི་མགོ་ནས་མགོ་ཐོན་པ་ཡིན། །དབུལ་  
 ཆབ་རལ་བ་དུབ་སྤྱད་ཡིན། །ཅི་བཏབ་ཅི་ལ་བཟང་བ་ལ། །ཁུད་པར་དུ་ནི་  
 བྱེ་བལ་མ། །བག་མ་ལེན་ན་གིན་ཏུ་བཟང་། །ལན་དུ་ཕྱི་ས་བྱ་ཕུན་ན། །  
 ཕྱག་བྱ་གོ་པོའི་མཆུག་སྒྲོ་ལ། །ཐང་དཀར་ཆོད་ཀྱི་སྒྲུ་དུ་སྒྲེས། །མི་འབྲུ་རེ་  
 བཟང་རེ་བཟང་འགོ། །བྱ་བུར་ཕྱི་ནག་དོམ་དུ་སོང་། །ཕ་ཆོ་བུར་བར་མཆུག་  
 སྒྲོ་རྒྱས། །དབུལ་པོ་ཕྱག་པོར་འགོ་བཡིན། །སྒྲོ་ཆོད་དང་ནང་གསེར་ཐག་ཐོན། །  
 ཆོད་མ་གཅིག་གིས་རྟ་མཁར་ཆུགས། །དམུ་དག་བྱ་རལ་སྒྲུབས་སུ་གྱུབ། །  
 །ཁང་སྒྲོང་ནང་ནས་ནོར་བུ་རྟེན། །སྒྲེར་དཀར་བྱ་རལ་མེད་སྒྲོང་ལ། །ཁོད་  
 ཀྱི་གཞི་མས་གང་བ་ཡིན། །ཆོལ་ཆོ་རོ་རྒྱན་ཁ་གདངས་ལ། །གྲོང་ཁ་གནམ་  
 བས་བབ་པ་ཡིན། །ཆོལ་ཆོ་འདན་དཀར་སྒྲོད་སྒྲོང་མར་ཁུས་གང་། །བྱ་རལ་  
 འདྲེ་ཁོག་སྐམ་པོ་ལ། །དན་པ་ལྷ་ཡི་སྒྲིང་བཅུད་རྒྱས་པ་ཡིན། །ཁུང་བརྟུང་

བྱེའུར་ཁྱུང་གཤོག་རྒྱས། །ལན་དུ་ཨ་ཁད་བབ་བ་ན། །བྱ་རལ་བྱ་ངན་སྒྲི་  
 རྒྱགས་ལ། །གཏམ་སྒྲན་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་བ་ཡིན། །རིང་སྒྲན་དག་བྱས་གཉེན་  
 ཏུ་སོང་། །དག་འདྲེ་བྱུར་གསུམ་སྒོན་དུ་བལ། །བཙན་སྒྲིད་བྱུག་གསུམ་བྱི་  
 བས་འོང་། །སྤང་བྲེ་ཁྱི་ནག་དུ་བྱུག་དེ། །གཡུ་འབྱུག་དགོད་པའི་སྒྲི་ཏུ་སོང་། །  
 བྱོད་ལུར་མེ་བཙན་གཅིག་དེ་བཞག་ལྷགས་བས། །ནད་བཞི་བརྒྱ་ཅུ་བཞི་  
 ཆོམས་བ་ཡིན། །ཁྲི་བུར་སྒྲིན་པའི་སྤར་ཞབས་ནས། །ཁོ་སྤུལ་པའི་མི་ཏུ་  
 བར་བ་ཡིན། །ཤ་བཙོན་བྲོས་ན་བར་དོ་ཡིན། །ཡར་ཁྲིང་སྒྲིན་ཡུལ་གིང་  
 རྒྱས་དེ། །མི་ཡུལ་སྤེབས་ནས་ལོ་འབས་སྒྲིས། །སྤམ་མཉམ་ཁྱི་ནག་གཟིག་  
 གིས་ཆོས། །སྤར་མོ་གལ་ལས་བར་བ་ཡིན། །ཅེ་ར་སྒྲིན་གྱི་མགོ་ཐོག་ཏུ། །  
 ལྷ་ཁང་བྲམོ་བཞེངས་བ་ཡིན། །དག་ཡུལ་ས་མཁའ་བཙུགས་ན་བཟང་། །  
 གཡུང་བྱང་ངན་དགུ་སྒོན་དུ་འདས། །བཟང་དགུ་རྗེས་ནས་འོང་བ་ཡིན། །  
 གྱེ་བ་རྒྱད་བ་སྒོན་དུ་སོང་། །དར་བ་རྗེས་ནས་འོང་བ་ཡིན། །དེོག་དབུལ་  
 བ་སྒོན་དུ་སོང་། །བྱུག་གཡང་རྗེས་ནས་འོང་བ་ཡིན། །ལུ་དཔལ་ཁས་ཉན་  
 སྒོན་དུ་སོང་། །བཙན་དར་རྗེས་ནས་འོང་བ་ཡིན། །བྱ་རལ་བྱེ་བྱལ་རྒྱག་མདུར་  
 ལང་། །སྤམས་བྱས་བ་བྱི་མས་བཤིག་ །རིན་ཆེན་སྤོང་བ་བཅུད་གྱིས་གང་། །  
 ལི་ཡན་རི་རབ་ཅེ་ནས་བསྒྲིལ། །མར་ཁྲིང་སྒྲིན་གིང་ཐུར་དུ་གྲུག་ །སྒོ་བར་  
 ངམ་ཡུལ་གྱོད་སྒོ་བྲེས། །གྱོད་དེ་སྒོན་ལ་སྤིག་དོ་ཡིན། །ཏུ་སོད་བདུད་གྱི་  
 ཁྱི་ནག་དུ། །མ་ཟེ་བཙན་གྱི་སྤེལ་དམར་འཕྱོ། །སྤུས་སྤྱ་མི་ལ་ཐོག་བ་ཡིན། །



ན་འབད་སྟོང་ལུང་འབྲུག་གིས་གང་། །སེ་སྟོང་བྱི་ནག་དྲུག་གིས་སྒྲོམ་། །  
 དཀར་ཐོག་སྒྲུན་གསུམ་ལ་སོགས་པའི། །ལན་དུ་མགྲོས་པའི་བླ་རིན། །  
 མགྲོགས་པ་རྒྱུད་དང་འགྲེལ་ངོ་ཡིན། །བརྒྱག་ཁ་བཟང་པོ་བབ་པ་ན། །བྱ་  
 རལ་བྱེ་བུལ་ཡུལ་སྟོང་ལ། །དཀོས་འདོད་ཆར་པས་བཀའ་བ་ཡིན། །  
 མོ་རྟ་བག་སོང་ཐིག་གཅིག་ཡར། །ལྷག་མ་གྲུ་བཞིར་འབྲེལ་  
 བཞི། །ཡི་ཡན་ཞེས་སྒྲུག་གས་པ་སྟེ། །སྟོན་བླ་བུ་ཡང་ཁྲིའི་རིང་ལ་བབས། །  
 ཟུས་པོ་སྣང་བ་འོད་ལྡན་ཡིན། །ཡང་ན་ལྟ་རྒྱུད་དཀར་པོ་ཡིན། །བྱི་མོ་མུན་  
 པ་ཟེར་ལྡན་ཡིན། །ཡང་ན་བདུད་རྒྱུད་འཆུབ་མ་ཡིན། །ལ་དེ་ཡོད་ཁམས་  
 རྒྱལ་པོ་ཡིན། །ཡང་ན་གནམ་ལུག་བལ་ཆེན་ཡིན། །མ་དེ་མེད་བཟའ་ནག་  
 མོ་ཡིན། །ཡང་ན་སྟོན་མོ་ཆུ་ཉལ་ཡིན། །བུ་མོ་རང་ནི་རྒྱུད་གི་སྒྲིགས་མ་ཡིན། །  
 འཕོར་བྱེད་རྒྱུད་གི་མོ་མདུད་ཡིན། །ཁྱིམ་མཆོས་བུ་མོ་མགོ་རྟོད་མ། །ཡང་  
 ན་སྤང་མོ་སྒྲེ་བྱུང་ཡིན། །ཡང་ན་སྤང་པོ་སྒྲུག་རྒྱན་ཡིན། །ཡང་ན་མུ་གེའི་  
 རྒྱབ་ཤིང་ཡིན། །ཡང་ན་གྲོད་པ་སྟོང་པ་ཡིན། །མེད་འདྲེ་སྟོང་པ་ཁ་མང་ཡིན། །  
 བརྒྱ་འདྲེ་སྟོང་པ་མགོ་དགུ་ཡིན། །སྟོང་མེད་འབྲུག་པའི་གཞི་མ་ཡིན། །ཡི་  
 ཡན་གྲོད་ཀྱི་རྩ་བ་ཡིན། །ཡི་ཡན་འབྲུག་པའི་གཞི་མ་ཡིན། །ཡར་དེད་ལ་  
 ཡི་ཡན་མ་ཟེར་དང་། །ཡི་ཡན་དགོས་པའི་དུས་གཅིག་ཡོད། །རྫོང་ཆེན་ཆམ་  
 ལ་འབབ་ཉིན་དགོས། །རྫོང་རྒྱུད་ཅིག་ལུང་འཛིག་དུས་དགོས། །བྱ་ཤ་ཟན་  
 གནམ་ལ་གཏོང་དུས་དགོས། །ཡེ་མོ་ཡན་ལ་དུང་མོ་བུལ། །དུང་མོ་བུལ་

ལ་གཟིག་མོ་མིག་། གཟིག་མོ་མིག་ལ་སྟག་མོ་གཞུང་། སྟག་མོ་གཞུང་ལ་  
 ཡུ་མོའི་གཤོག་། ཡུ་མོའི་གཤོག་ལ་མཚོང་མོ་རྒྱང་། མཚོང་མོའི་རྒྱང་ལ་  
 འབྲི་མོའི་གསེར་། མགོ་བོ་ཁྱུང་སྒྲོང་བཅུག་བ་འདྲ། ལན་ཐན་ཁྱུང་གཤོག་  
 གཤིབ་བ་འདྲ། དདུལ་ཕོག་སེང་ཆེན་འགྱིང་བ་འདྲ། ཕོག་རྒྱུང་ལུག་གུ་  
 ཅེ་བ་འདྲ། ཁྱེ་རུ་ཤ་རྒྱུང་འདྲོག་བ་འདྲ། རྒྱེ་འལུལ་ཤེལ་གྱི་སུམ་རྒྱུང་ལ། །  
 གཟི་བྱར་གཉིས་གྱི་ཆོར་བས་བརྒྱན། ལུ་ཏིག་ལན་ཐན་སི་ལི་ལི། ཤོས་  
 རྒྱ་རགས་ཕྱི་ནང་ཉི་ཤར་ལ། ཤོས་རྒྱན་རྒྱར་ཆེན་ཤར་བ་འདྲ། བྱུ་ཡི་གཡས་  
 ཟུར་སྟག་མོ་འགྱིང་། གཡོན་ཟུར་གཟིག་མོ་ངར་བ་ལ། ལུ་མེན་རྒྱ་རུ་ཕྱིགས་  
 མེ་ཡོད། ལུ་མ་ཤེལ་གྱི་སུམ་རྒྱུང་ལ། སྒྲོང་གི་སེན་རྩེས་གད་དེ་ཡོད། ང་  
 ཡར་ཡུལ་སྒྲོད་ན་འདུག་བའི་དུས། ལྟ་བུ་གོང་མོའི་གསུང་དང་ལྗན། མར་  
 ཡུལ་སྒྲད་ན་འོང་བའི་དུས། རྒྱ་ཏྲ་འཆམ་བའི་འགོས་དང་ལྗན། བར་གྱི་  
 ཡུལ་དབུས་ཕྱིན་བའི་དུས། རྒྱ་བཀྲ་ཉོར་བའི་རྩལ་དང་ལྗན། ང་ལ་ལི་  
 ཡན་མ་ཟེར་དང་། ང་ལ་རང་མཐོང་དེ་འདྲ་ཡོད། ངས་མགོན་ལ་བལྟས་  
 བའི་ང་བསྐྱོལ་ཤེས། ང་ལ་བལྟས་བའི་རྒྱ་འདུག་ཤེས། རྒྱ་ལ་བལྟས་བའི་  
 རྩོད་འདེབས་ཤེས། ལུམ་རྩ་རྩ་གསུམ་ལྟ་གནས་སུ། ལྟ་ལ་ཡོན་ལུལ་བྱེད་  
 མི་ཡིན། ལྟུ་ཡུལ་ན་ཁ་གཟི་ཐང་དེར། ལྟུ་ལ་དཀོར་ལོར་བསྐྱང་མི་ཡིན། །  
 གཉན་ཡུལ་ཕོ་མ་ཡང་སྟེང་དེར། གཉན་མཁར་གཉིང་ནས་བསྐྱོག་མི་ཡིན། །  
 གཤེན་གྱི་ཁོ་མ་རུ་རིང་དེར། གཤེན་རབ་ལོན་གྱི་ཁ་འཛིན་ཡིན། ལར་

དེད་ལ་ལི་ཡན་མ་ཟེར་དང་། །ཤར་ཕྱོགས་ཤིང་གི་སྒྲེ་གནས་ལ། །འཕོ་བ་  
 རྒྱུད་གི་རྟ་ཐོ་ཡོད། །ལན་དུ་སྒོ་བར་སུ་བརྒྱག་ཡིན། །ཕྱོ་ཕྱོགས་ནས་གྱི་བར་  
 བ་ཡོད། །ལན་དུ་ཆོལ་ཆོ་འདན་དཀར་ཡིན། །ལུབ་ཕྱོགས་མར་ཁུའི་ཡུར་  
 བ་ཡོད། །ལན་དུ་དིང་དིང་བུལ་དཀར་ཡིན། །བྱང་ཕྱོགས་བྱུང་གྱི་བར་བ་  
 ཡོད། །ལན་དུ་སྒྲིན་དིང་བརྒྱག་ཅན་ཡིན། །སྒྲོང་བ་གང་བའི་འབྲས་སུ་ཡོད། །  
 ལན་དུ་མ་རྒྱུད་བྱོད་སུར་ཡིན། །བྱི་ཡི་གསེར་མཁར་བཅུགས་བ་ཡོད། །ལན་  
 དུ་གལ་བར་ཐོད་དཀར་ཡིན། །ཐོར་སྒྲོང་མར་ཁུས་གང་བ་ཡོད། །ལན་དུ་  
 དཀར་ཐོག་གཡུང་བྱུང་ཡིན། །འདི་གཅིག་གི་སྒྲིང་དེར་བབ་བ་ན། །ཁྲོད་  
 སྒྲོང་རྒྱུད་གིས་སྒྲོད་བ་ཡིན། །འགོ་འདོད་ལང་ཞིང་སྒྲོ་དོ་དམའ། །ཁྱིམ་སར་  
 བརྒྱའི་དགའ་དོ་ཤར། །ཡ་མ་སྒྲིའུ་གཉིས་ལ་ངན། །བྱ་མ་བྱའི་མགོ་སྒྲོན་ནས་  
 སུད། །གཉིས་ཡེ་ངམ་འདུས་རྒྱུད་གིས་ཁྱེད། །ཏེ་བརྒྱག་བྱེད་པའི་མོ་ལ་ངན། །  
 རྒྱུ་པ་གཡས་ལ་ན་ཆོ་འོང་། །བྲན་གཡོག་རྩེ་ལ་གུས་བས་བཟང་། །སྒྲུམ་  
 དང་བྱ་རལ་ལི་ཡན་འདི། །བྲན་སར་བབ་ན་བྲན་ཁ་བྱམས། །ཞེ་འོང་ཞག་  
 གསུམ་ལ་འོང་དོ། །གསུམ་བ་རྒྱུད་གསུམ་རྩེ་ར་རྒྱུད་གིས་ཁྱེད། །རྒྱུད་སྒྲི་  
 ཅན་གྱི་མོ་ལ་ངན། །ཞེ་འོང་ཞག་གསུམ་བཞི་ལ་འོང་། །དེ་བཞིན་གཞན་  
 ལ་སྒྱུར་བར་བྱ། །བཞི་གཡང་ར་རྒྱུད་གིས་གཏོར་བ་ཡིན། །ཐོ་སྒྲོ་ཉེས་ལས་  
 ལ་ཡག་དུས་མེད། །མོ་བརྒྱག་མེད་སྒྲིས་ལ་མོག་དུས་མེད། །ཁ་སྒྲོང་ལག་  
 སྒྲོང་སྒྲོད་སྒྲོང་ཡིན། །བྱུང་བར་སྒྲུ་གཡང་སྒྲུབ་ན་ངན། །གཡང་གི་ཐོ་ཞགས་

རོལ་བ་ཡིན། །ལྷ་སྟོང་འདྲེ་ཁ་མང་གནོད་བ་ཡིན། །རྗེས་གཅོད་བྱེད་པའི་  
 མོ་ལ་བཟང་། །དག་ས་ཆག་པས་དག་ཕྱར་བཟང་། །དུག་མོ་བཙུན་བྱེ་བྲལ་  
 གྱིབ་མདུན་རོ། །དཔོན་མོ་གི་ནས་གཡོག་མོ་སྤངས། །བ་ཁོག་ཁ་ཞབས་  
 ལོག་བ་ཡིན། །སྟོང་གྲུབ་བྱེད་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །བདུན་ལམ་རྒྱུས་ལུང་བ་  
 གཡལ་གྱིས་འདེབས། །ལྷ་གྲལ་ཐུག་གིས་བཟུང་བ་ཡིན། །རྟོ་ཚོང་བྱེད་པའི་  
 མོ་ལ་བཟང་། །རྩུབ་དང་སྟོ་མ་བྱེད་ན་བཟང་། །བརྒྱད་རི་རབ་རྒྱུད་བརྟེན་  
 བོ་ལྷ་འབྲུགས། །ཁོང་པའི་ནང་གི་སྟིང་སྟིང་ཡིན། །སྟིང་ནད་འདར་བ་རྒྱུད་  
 ཁམས་འོང་། །དག་བན་བོན་རྒྱུད་མ་འབྲུགས་བ་ཡིན། །ལར་ཐད་རྩྱུར་ལ་  
 ལོག་ཉེན་ཆེ། །བོན་པོའི་གདུང་རྒྱུད་ཆད་རོ་ཡིན། །ན་རག་བསྐྱང་བཤགས་  
 ཡིག་བརྒྱ་འདོན། །བཙུ་བྱ་རྗེའི་མཛོད་དུ་འགོང་བོ་ཞུགས། །དག་སྤའི་བྱུང་  
 མཚུ་རྒྱ་བ་ཡིན། །སྟིང་རྒྱུད་བཅོས་ན་བཟང་བ་ཡིན། །བཙུ་གཅིག་མོ་ལྷའི་  
 གནས་མལ་དུ། །འདྲེ་སྟོང་བ་ཁ་དག་ཆགས་བ་ཡིན། །ཁོར་སྟིང་དམར་ཅན་  
 ལ་གདུག་འདྲེ་འཁྲི། །ཕོ་གསལ་བ་ཅན་ལ་སྟིང་རྒྱུད་འབྱུང་། །སྤྲོན་ཁ་དོག་  
 ལེགས་ལ་མི་ཁ་ཕོག། །མདོ་ས་མཁར་འཛིན་ལ་ཁ་མཚུ་འབྱུང་། །གྲོག་ཁ་  
 མཛའ་ཅན་ལ་ཁ་མཁོན་འོང་། །གཉེན་ལུང་གསུམ་འཛིན་ལ་ནང་བསྐྱུས་  
 འོང་། །རྒྱལ་འགོང་དགོར་བདག་གནོད་བ་ཡིན། །ཅི་བཏབ་ཅི་ལ་རན་ན་  
 ཡང་། །བན་བོན་བྲི་ལ་འདོན་ན་བཟང་། །ཆོས་ཤེས་བྱ་གསུམ་ལ་སློ་ལྷན་  
 འོང་། །ཆབ་ཆེན་ནད་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །མགྲོན་པོ་ཐག་རིང་མོ་ལ་བཟང་།།

བརྩ་གཉིས་དབྱ་ཡུལ་རྒྱུད་གིས་བྱེད། རྟོང་མེད་གཉིས་པོ་བྱུང་དུ་གཙོད། །  
 རྩོད་པ་ཆེན་པོ་འོང་དོགས་ཡོད། །བརྩ་གསུམ་དབག་བསམ་ཅེ་མོ་རྒྱུད་གིས་  
 བཅད། །མཁའ་མི་གསལ་ལྟོ་བྱུང་ལང་བ་ཡིན། །ཤི་ན་དཔུ་གིས་བྱེད་པ་  
 ཡིན། །ཁ་ཆེས་རྒྱུད་ལ་བཞག་པ་ཡིན། །རོ་བྱེད་བྱི་ཡིས་ཐོས་པ་ཡིན། །དབྱ་  
 གཞི་དགོར་གསུམ་ཀླན་ལ་ངན། །ཅི་བཏབ་ཅི་ལ་ངན་པ་ལ། །ཉིན་གཅིག་  
 ར་བསྒོལ་མོ་ལ་བཟང་། །ར་རྒྱུད་སྤྲོད་མ་མཁར་འབྱུང་བ་ཡིན། །རྒྱུད་བདེ་  
 བར་གནས་པས་གནས་རེ་འཇམ། །མགོ་གཟེར་རྒྱུད་ནད་མོ་ལ་ངན། །དེ་  
 ཉིན་རྒྱུད་དམར་བྱུང་ན་བྱུལ། །མུག་ལ་བག་མ་བྱུང་ན་བཟང་། །མུག་མུག་  
 པ་སར་འདོན་ན་བཟང་། །མུག་རྒྱལ་སྤྱིན་མ་རུ་རིང་གིས། །ཅན་ཅན་བེར་ཀ་  
 མུག་ན་བསྐྱམས། །ཐེངས་གསུམ་ཀླད་ལ་བསྒོར་བ་ཡིན། །རྩ་མིག་ཤེན་གསུམ་  
 རྒྱལ་བ་ཡིན། །ཐེངས་གསུམ་ས་ལ་བདེ་བ་བ་ཡིས། །འདྲེ་སྤྱིན་བྱུང་གསུམ་  
 མནན་པ་ཡིན། །མཛེས་ལ་ཤག་ཁ་ཐེབས་པ་ཡིན། །དབའ་ལ་རལ་ཁ་སྒྱུད་  
 མི་ཡིན། །རྒྱལ་བྱེད་མཁར་བསྐྱེད་ལ་མི་ཡིན། །བཟང་ལ་མི་ཁ་བསྐྱུར་མི་ཡིན། །  
 བཅན་ལ་ཆོ་ལོ་འགྲེད་མི་ཡིན། །འདྲེ་ལ་མིག་མང་འཇུགས་མི་ཡིན། །མུག་  
 གི་པ་ཡུལ་འཛིན་མི་ཡིན། །དེ་བྱིར་མུག་གི་ལས་ལ་བཟང་། །ཡང་སྒོམ་  
 མཁན་རི་ཁྲོད་འགྲིམ་ན་བཟང་། །རྟོང་མེད་རྩུན་སྤྲོད་འདེབས་ན་བཟང་། །  
 ཡང་སྤྱི་འཕྲིམ་ལ་གྲོད་ཐར་བཟང་། །རྒྱ་པའི་མོ་ལ་ཆང་བྱུད་ཡིན། །བྱུ་ཁིང་  
 ལམ་དུ་འཇུག་པའི་ངོ་། །མགོན་པོ་རྣམས་ལ་ལམ་ལོག་ངོ་། །ཆོང་པའི་མོ་

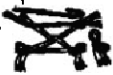
ལ་སྟོང་སྟོང་ཡིན། །ལར་སྟང་དུ་ལི་ཡན་རྟ་ཐོ་ཡིན། །ལན་དུ་སྟོ་ཆོ་མདོང་  
 ལུན། །རྟ་ལ་མདོ་རིས་ཐོགས་པ་ཡིན། །བར་དུ་རྟུང་གི་ལམོར་ལོ་ཡིན། །  
 ལན་དུ་གཡུང་དུང་ཆེ་བཞིན། །ཁོ་ལར་ཉི་ལྷ་སྐར་གསུམ་གསལ། །སྟོང་  
 དུ་མ་སོང་སོ་མཁར་ལ། །ལན་དུ་བྱོད་ལུར་གསུམ་པོ་དང་། །བྱ་ཡུན་ལ་སོགས་  
 གསལ་སྟེན། །སོ་བ་ཡེངས་མེད་འདུག་པས་བཟང་། །~~པུ་ལི་ཡན་~~  
 ར་ལ་བརྒྱག་གཅིག་། །གསེར་བྱ་ཟུར་ལུང་ཅེས་སུ་གྲགས། །གསེར་བྱ་བརྟེན་  
 གྲུ་བདུད་ཡིན། །སྟོན་དུས་མ་སོང་གཉན་ཡུལ་དུ། །གཉན་ཞིང་བཀོ་རིས་བྱེད་  
 ཉན་བབ། །གསེར་བྱེད་ཟངས་གྱི་འདབ་མ་ཅན། །བྱེདས་རི་འགྲིམ་ཅོག་  
 ཅོག་ཟེར། །ལུས་པོ་གསེར་དུ་འདུག་པ་དེ། །སྟོན་གསེར་གྱི་མཚོད་རྟོན་ཁ་  
 ལ་བབ། །སྟེར་མོ་ལྷགས་སུ་འདུག་པ་དེ། །གཉན་རི་ཅེ་མཐོན་ཅེ་མོར་བཟར། །  
 ལྷགས་རིར་སོ་ལ་གནས་པ་ཡིན། །སྟང་དུ་བབ་ན་བྱེད་ཡིན། །ལན་དུ་ཟུ་  
 དག་བབ་པ་ན། །བྱེད་ཞེན་ཐོག་ཐོག་པས་བཟང་། །བར་དུ་བབ་ན་རུར་པ་  
 ཡིན། །ལན་དུ་དིང་དིང་དུལ་དཀར་ན། །རུར་པ་མཚོ་དང་འཕྲད་པ་ཡིན། །  
 སྟོང་དུ་བབ་ན་ངང་པ་ཡིན། །ལན་དུ་ཀྱེ་ལེ་འོད་དཀར་ན། །ངང་པ་བྱ་མཁར་  
 བརྟེགས་པ་ཡིན། །རུ་ལ་བརྒྱག་གཉིས་སོང་བ་ན། །དང་སྟོང་བྱ་ཡོད་དགོན་  
 བ་སྟེས། །འདི་ལ་ཟུར་ཐིག་བསེག་ཐིག་གི། །དབྱེ་བ་གཉིས་ཡོད་དང་པོ་  
 དང་། །རྒྱར་བོའི་ཐ་སྟང་འགའ་ཡིས་བདགས། །གཉིས་ཀ་གང་ཡང་བྱ་ཡོད་  
 ཡིན། །སྟོན་བྱ་བརྟེན་འདུན་མ་བྱས་པའི་དུས། །རུར་པ་འབོད་དུ་ངང་པ་སོང་། །

བྱ་རྩེ་དང་པ་དཀར་མོ་དེ། །གནམ་མཐའ་ལན་གསུམ་བསྐྱོར་ནས་ལོག། །བྱ་  
ཡོད་ཟེར་བའི་གདམ་ཆོག་སྟེན་ཡིན། །རྩ་ལ་བརྒྱག་གསུམ་སོང་བ་ན། །གསེར་  
ལུང་སེར་པོ་ཅེ་གསུམ་ཡིན། །དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་སྒྲ་མདུད་ཡིན། །ལན་  
དུ་ཉི་འོད་དཀར་མོ་ན། །གསེར་བྱ་གཤོག་དུག་རྒྱས་བས་བཟང་། །ར་བཞི་ལྟན་  
ཅིག་བརྒྱག་པ་ན། །གསེར་བྱ་ཆོས་གྱི་འཁོར་ལོ་ཟེར། །དག་སྒྲུའི་གསེར་མཁར་  
སེར་པོ་ཡིན། །འབྲུང་བ་རྒྱུད་གི་ཁོར་བྱ་ཡིན། །ལར་དེ་ལྟར་གསེར་བྱའི་རྣམ་  
གྲངས་ལྟ། །གསེར་བྱ་ཐོག་རྒྱག་སྒྲུན་ལྟ་ཡིན། །བཙམ་ལྟན་འདས་གྱི་རིང་  
ལ་བབ། །སུམ་ཅུ་གྲུབ་བའི་ལྟ་གནས་སྟ། །གསེར་གྱི་མཆོད་རྟེན་སེར་པོ་  
ཡིན། །དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་སྒྲ་མདུད་ཡིན། །བན་ཆོས་གོས་ཅན་གྱི་སྒྲ་  
མདུད་ཡིན། །སེར་པོ་གསེར་གྱི་སྒྲ་མདུད་ཡིན། །དུར་འགམ་ཤི་གཞུག་གཅོད་  
མི་ཡིན། །སོ་ཡོན་ལྷན་བའི་མདུན་ཁར་བཤིག། །འོང་ཁམས་གྱི་མདུང་བཅག་  
མི་ཡིན། །སེ་རྟོད་ཁྲག་མཆོ་བསྐྱམ་མི་ཡིན། །རུ་སོད་བདུད་གཡག་རྩ་དེ་  
གཅོད། །མ་ཟེའི་བཙན་ཁ་བཙམ་མི་ཡིན། །ན་འབན་ཆུ་ཁུང་འབྲུག་གིས་  
བསྐྱམས། །ལོག་རེད་འབྲུམ་གསུམ་རྩི་ལུ་ཡིན། །འདི་གསེར་བྱ་ཟངས་གྱི་  
སྒྲེར་མོ་ཅན། །ལུས་པོ་གསེར་དུ་འདུག་པ་དེ། །གསེར་གྱི་མཆོད་རྟེན་ཆར་  
བ་ཡིན། །འདབ་མ་གཡུ་གཤོག་རྒྱས་པ་དེ། །མི་ལུལ་གླིང་བཞི་འགྲིམ་པ་  
ཡིན། །སྒྲེར་མོ་ལྷགས་རྩུ་འདྲ་བ་དེ། །འདྲེ་ཐིག་བྱུར་གསུམ་མནན་པ་ཡིན། །  
ཁ་ནས་དུ་ཡེ་ཟེར་བ་དེ། །གླིང་བཞིར་ལེགས་བའི་སྒྲར་འདོན་ཡིན། །བརྒྱ

ལ་ཁ་ཡ་བྱེད་ཀྱང་ཤེས། རྟོང་ལ་ངོ་ཤག་འདེབས་ཀྱང་ཤེས། རང་སའི་  
བཅོན་སར་བབ་ན་བཟང་། དག་སྒྲ་དར་བའི་མོ་མདུད་ཡིན། ལྷ་མི་བསམ་  
དོན་འགྲུབ་པ་ཡིན། ཁ་ཁོག་བབ་ན་ཁང་པ་གསེར་གྱིས་གང་། དམག་  
རྒྱ་གཉིས་ལ་གསེར་ནོར་ཐོབ། བཙུ་གསུམ་གསེར་མཁར་ཅེ་མོ་སྤྱ།  
བརྗེའི་གདུང་རྒྱུད་དར་བ་ཡིན། ལྷ་ཁང་གསེར་གྱི་རྒྱ་ལིབ་ལ། གསེར་གྱི་  
རྒྱལ་མཚན་ཚུགས་པ་ཡིན། གསུང་སྟན་འཕྲིལ་སྤྱི་རྒྱན་ཐག་འབྲེལ། བྱིས་ར་  
བརྗེའི་ཕུར་ཁའམ། རྒྱལ་གདོན་ངོ་ཡོད་བྱད་བརྒྱུག་དང་། རྒྱལ་མདོས་  
འབུམ་དང་གཟའ་ཡུམ་འདོན། འདི་སྒྲ་དུ་བབ་ན་གསེར་བྱ་ཡིན། གསུམ་  
གྱི་སྒྲེང་དེར་གསེར་བྱ་ལ། གཞི་ལ་བྱ་ཡུན་དང་ཅེ་ན། གསེར་བྱ་རི་ཁ་འགྲིམ་  
པ་ཡིན། བན་གསར་ཆོས་དང་འཕྲད་པ་ཡིན། རང་བས་མཆོ་བྱས་བྱས་  
པ་ཡིན། ཆོས་འཁོར་གྲ་སྒྲོབ་རྒྱས་པ་ཡིན། བར་དུ་བབ་ན་རུར་པ་ཡིན། །  
དུག་དང་བདུན་ལ་གསེར་བྱ་དང་། བརྒྱད་ལ་མ་ཆོ་བྱ་ཡུན་བརྒྱག་ རུར་  
པ་མཆོ་ལ་ཅེ་བ་ཡིན། ། གསེར་མདོད་ནང་ནོར་རྒྱས་པ་ཡིན། རྟོང་དུ་བབ་  
ན་ངང་པ་ཡིན། དག་དང་བཙུ་ལ་གསེར་བྱ་དང་། བཙུ་གཅིག་ཟུ་ས་བྱ་  
ཡུན་ན། རང་པ་དགུང་དུ་འཕུར་ཞིང་ཅེ། ཆོས་པ་མཐའ་རུ་ཕྱིན་པ་ཡིན། །  
བན་ཆེན་པོར་ཆེན་མོ་ལ་བཟང་། སྦྱིན་དོང་རྒྱལ་པོ་ཁྱི་ཁར་རྒྱལ། དིང་དིང་  
ངང་པ་མཆོ་དང་འཕྲད། བྱོད་ཕུང་ངང་པ་ཁྱི་ཆོ་ཐུབ། བྱ་ཡུན་ལྷ་ཁང་མར་  
མེས་གང་། དཔྱད་གང་ངང་ཆང་འབྲས་གྱིས་གང་། དེ་སོགས་བཟང་སྟེ་བརྒྱག་



བཟང་བཟང་། གསེར་བྱའི་ལེན་དུ་སེལྟོད་ན། བན་བཀའ་ལོག་གཤམ་དང་  
 བཡིན། ཆོས་གོས་བྲག་ལ་འདྲེས་བཡིན། བན་རྒྱས་ཁར་བྱིམ་སར་འབབ་  
 བའི་ངོ་། རྒྱ་སྤར་ལྷ་སྤྲུལ་དུག་གིས་བསང་། ར་འབན་བྱ་འདབ་ཐོག་གིས་  
 བཅད། ལུང་བྱར་གསེར་བྱ་རྟེན་བཀད། བྱ་རལ་བྱ་བདག་མི་ཡིས་བཙོང་།  
 དེ་སོགས་ངན་རིགས་བབ་ན་ངན། ལར་གཅིག་གི་སྟེང་དུ་གསེར་བྱ་ན།  
 ས་ནག་བརྟོས་བས་གསེར་རྟེན་ཡིན། རྟིག་ཅན་ཆོས་ལ་འབྲུག་པ་དང་།  
 ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་ཉིན་བཟང་། གཉིས་ནང་རྟིག་གྱི་རུ་བྱེད་བཡིན།  
 བཀའ་ལོག་སྟོམ་པ་ཁུན་བཟང་། གསུམ་བྲག་ལ་མེ་ཏོག་འབྲུང་བཡིན།  
 འགལ་ཉམས་བསྐྱང་བཤགས་བྱེད་ན་བཟང་། བཞི་མཆོལ་མེ་ཏོག་སྟོང་ལྷན་  
 འབྲུངས། ཡོས་ལོམ་ལ་བྲག་ཅིག་སྟེ། བྱིམ་ལྷ་སྤྲིད་ལྷར་འདེབས་ཉིན་བཟང་།  
 ལྷ་མོ་སྟོག་མོ་ཡིས་བཟུང་བཡིན། ལུ་སྤྲིང་མག་པའི་འཕེལ་ཁ་ཡིན། དུག་  
 མེ་ཏོག་དཀར་པོ་སྒྲོན་དང་བྲལ། ལྷ་སྤྲུལ་མི་ཁ་བྱམས་བཡིན། མཆོད་  
 རྟེན་ལེགས་པོ་ཆར་ངོ་ཡིན། བདུན་བྱ་ཡི་གསེར་མཁར་གཉན་དམག་ལེགས།  
 བརྗེའི་སེར་དམག་འདྲན་ན་བཟང་། བརྒྱད་མི་མཆོག་རྒྱལ་བྱ་དག་དོན་དེས།  
 གིང་རྟའི་ཁ་ལོ་གྱེན་དུ་བསྐྱར། སྟེ་རྒྱ་ན་འཆིའི་འཆིང་དང་བྲལ། སྤྲམ་  
 གདན་སར་འདོན་ན་བཟང་། དགུ་བྱ་ལུང་བྱ་བརྒྱའི་བྱ་མཁར་རྒྱགས། རྟེ་  
 སྤྲིད་འདུན་མ་ནང་གོས་ལེགས། བཅུ་བྱང་མཆོང་ལུང་ལུང་ཆང་ཡག་ནས།  
 སྟོང་ལྷ་གསུམ་བཙོང་ལྷ་ཆར། ལར་བརྒྱས་ལྷ་སྤྲིད་ལྷར་བཟང་། བཅུ་གཅིག་

མཁའ་ལ་ཉི་ཤར་དེ། །མཐོ་དམན་མེད་པ་ཀུན་ལ་དྲོ། །སངས་རྒྱས་མི་ཡུལ་  
བྱོན་པ་དེ། །དག་ཅན་སྤྲིག་ཅན་གཉིས་ཀར་པན། །དག་འཇོན་དབང་དང་  
རབ་གནས་བཟང་། །བཅུ་གཉིས་དྲུང་སྒྲིབ་ཆད་ཀྱང་དྲུང་གིས་མཐུད། །སྤྱི་མ་  
འདས་ཀྱང་སྤྱི་མ་འཕྱོན། །བཅུ་གསུམ་ལྟ་ཁང་གསེར་འབྲུ་རྩྱུགས། །ཤེལ་འདབ་  
དུ་མིག་གསེར་ལས་བྱས། །ལྟ་ཁང་བཞེངས་དང་རྟེན་གསུམ་ལ། །རབ་གནས་  
བྱེད་ན་ལྟག་པར་བཟང་། །ནད་པ་སྤྱུ་ཚབ་ཅན་ལ་ངན། །སྦྱིར་བྱི་སར་བན་  
བྱང་རྒྱལ་རོ་སོགས། །རྩུང་ཟད་ཞན་ཀྱང་ལོ་མལ་དང་། །གནས་མལ་ཅན་  
ལ་བཟང་བ་ཡིན། ། ལི་ཡན་ཁོག་ལ་བརྒྱག་སོང་ན། །གསེར་བྱ་  
ཤེད་ཆད་ཅེས་ཀྱང་བྱ། །བྱ་མེད་སེ་སྟོད་ཅེས་ཀྱང་བྱ། །སྟོན་དྲང་སྟོང་གན་  
པོའི་རིང་ལ་བབ། །མཛེས་བྱ་ཁྱའི་གོང་བ་དེར། །བྱ་རྗེའི་ཕ་དེ་ལྷག་པས་  
བསད། །བྱ་བརྒྱ་འདུས་ནས་འདུན་མ་བཞོས། །ཁུ་བྱུག་སྟོན་མོས་གཏམ་  
སྟེང་ཆོ། །བྱ་རྗེ་ངང་པ་དེ་ན་མེད། །ངང་པ་འཕོད་དུ་རུང་བ་སོང་། །ངང་པ་  
གནམ་མཐའ་བསྐྱར་ནས་སྟེབས། །རུང་པ་ཆོ་ཟད་ལམ་དུ་གི། །ངང་པ་ཆོལ་  
བའི་རུང་བ་མེད། །བྱ་མེད་ཟེར་བའི་གཏན་ཆོགས་ཡིན། །རུང་རོ་བ་ཆའི་  
རྒྱལ་བརྒྱར། །བྱ་རོ་རྒྱས་ཁྱེར་དེ་ནས་ཟེར། །རོ་དེ་རྒྱལ་ཁྱེར་བ་དང་། །  
ཤུ་ཀྱའི་བརྟེན་གཤམ་དང་འཐུད། །བརྟེན་འཛིན་གོས་ལུས་ལ་བསྐྱོན། །བྱ་ཡི་སྤྱར་  
ལ་ཆོས་ཞིག་བཤད། །དྲང་སྟོང་གན་པོས་སྟོན་ལམ་བཏབ། །རུང་པ་སེར་  
པོའི་ཁ་ཆེམས་ལ། །ངའི་རོ་འདིའི་བྱི་ལ་ལྟ་ཁང་བཞེངས། །ནད་ལ་གིང་སྟོན་


བགྱིས་ནས་སྤྲ། །གསེར་གྱི་མརྒྱལ་སྤུམ་བཅུགས་གྱི། །སྤེང་དུ་ལུང་ལ་ཞོག་  
 ཅིག་སྤྲུམ། །ད་ལྟ་ལྟ་ཁང་ཁྱུང་མགོ་དང་། །མཚོད་རྟེན་ཅེ་ཡི་ཤིང་བྱ་དང་། །  
 མརྒྱལ་སྤེང་གི་བྱ་གཟུགས་ནུམས། །གཏན་ཚིགས་དེ་ལ་བྱེད་པ་ཡིན། །རྩར་  
 བའི་ཁ་དོག་གསེར་པོ་དེ། །སྒྲོན་ཤུག་འི་ན་བཟའ་གསོལ་བས་ཡིན། །ཀྲུང་  
 པ་བག་ཅམ་དགར་བ་དེ། །རྒྱ་གར་ཚེས་གྱི་བཀའ་ཉྒྱགས་ཡིན། །སྒྲིན་མ་ན་རོ་  
 འདྲ་བ་དེ། །ཚེས་བཀའ་མདོ་སྤུམ་ཅུ་བསྒྲུབ་པའི་ཉྒྱགས། །ཁ་ནས་ངང་ངང་  
 ཟེར་བ་དེ། །མ་ཁི་བརྟེ་འདོན་པ་ཡིན། །ཁོང་བའི་གཏིང་ནས་མཁུག་པ་དེ། །  
 བ་ཤི་ཚེས་འདོན་བྱེད་པ་ཡིན། །ཤེ་བའི་ནང་ནས་རྩར་བྱུང་གིས། །རྩར་ཐོ་  
 རྩར་ཐོ་ཟེར་བ་ནི། །པ་སྤྲུམ་སྤྱི་པོར་བཞུགས་པ་ཡིན། །རྒྱང་ལ་སག་ཤིས་  
 དོད་པ་དེ། །པར་སོང་ལྟོག་པས་ལོན་པའི་ཉྒྱགས། །ལག་ན་དོ་རྩེ་ཡོད་པ་ན། །  
 བྱ་བརྒྱའི་འདྲེན་པ་བྱེད་པའི་ཉྒྱགས། །སྤེར་མོ་ལྷུགས་ཀྱུར་འདུག་པ་ནི། །འཁོར་  
 བའི་འདམ་ནས་འདྲེན་པའི་ཉྒྱགས། །ལུས་བྱེད་མཚོ་ལ་འདུག་པ་དེ། །སྒྲོན་  
 འཁོར་བའི་འདམ་དུ་བྱིངས་པའི་ཉྒྱགས། །མུག་ཅེ་བག་ཅམ་ནག་པ་དེ། །  
 སྒྲིབ་པ་ཅུང་ཟད་ཡོད་པའི་ཉྒྱགས། །ལུས་བྱེད་སྒྲམ་ལ་འདུག་པ་དེ། །དག་ཚོད་  
 ས་བཅུ་ཤིམ་གྱིས་བགོད་པའི་ཉྒྱགས། །ཁ་ཟས་འདམ་ལ་བྱེད་པ་དེ། །དགོ་  
 སྒོང་ག་བཅད་བྱས་པ་ཡིན། །བཅུང་བ་ཆུ་ལ་བྱེད་པ་དེ། །དགོ་སྒོང་ཆང་བཅད་  
 བྱས་པ་ཡིན། །བྱ་བརྒྱའི་ནང་གི་ཚེས་པ་ཤིང་། །དེ་འདྲའི་ངང་པ་ཤི་བ་འདི། །  
 །གསེར་བྱ་སྒྲིང་དུ་ཆད་པ་ཡིན། །སངས་རྒྱས་གང་ནས་སྤྲོད་པ་ཡིན། །ཚེས་

ཀྱི་སྒོམ་ལུག་སྟོང་བ་ཡིན། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བྱུང་བར་ངན། ལྷ་ལྷ་དམར་  
ལ་ཡར་བ་དེ། བརྗེའི་ཆོས་རྒྱད་ཆད་བ་ཡིན། སྒོ་ལ་མཐུད་བ་སོང་བ་དེ། །  
དག་སྟོང་འདས་པའི་གདུང་སྦྲར་ཡིན། མོ་རྟ་བག་ལ་སོང་བ་དེ། བན་ཐུན་  
བརྒྱ་ཡི་རོལ་མོ་བྱེད། བྱ་ངང་བ་ཤི་བའི་རོ་ཐོག་རྒྱ། བྱ་ཤ་ཟན་བརྒྱ་ཡི་འཕུར་  
ལྷིང་བྱེད། འདི་པ་དག་སྤྱད་ག་སྤྱོད་མོ་དག་ ལ་ཡིས་སྤོ་མ་ཤེས་པས། །  
པ་དང་སྤོ་བ་སྤེབས་པ་ལས། ཁོག་སྟོང་ཐོ་ལ་ཁོག་སྦྱང་མོ། བརྗེའི་མགོ་  
ལ་ཅང་ཐེམ་མཁུག། ངམ་ཁམ་སྤང་བའི་ཐེར་མ་ཡིན། ཁྲུ་བྱུང་གཉིས་ཀྱི་འཐབ་  
འདྲེ་ཡིན། ལྷ་སྒྲིག་གཉིས་ཀྱི་འབྲོས་ཤིང་ཡིན། ཡེ་ངམ་གཉིས་ཀྱི་ཚུད་ཤིང་  
ཡིན། འདི་ཡི་ལན་དུ་གསེར་བྱ་ན། ངལལ་སྤྱུག་སྟོང་གསུམ་སྟོན་ལ་སོང་། །  
བཅན་ལྷུག་སྦྱིད་གསུམ་བྱིན་ས་འོང་། བརྗེས་ན་བཤད་པ་གོ་ལྷོག་ངན། ལམ་  
གཅིག་གི་སྟེང་དུ་བྱ་མེད་ན། རུར་བ་སེར་པོ་འདམ་གྱིས་གོས། ལྷ་ཁང་སྒྲོག་  
པོའི་དགོར་བདག་གཞོན། གཞི་ལྷུང་མ་སྤུ་ཆ་སོགས་ངན། སྤྱ་བྱ་པོ་གདོན་  
གྱིས་འཛིན་ངོ་ཡིན། གཉིས་དམའ་ས་གསུམ་ནས་འདྲེ་གདོན་གཞོན། རུག་  
ཤིང་ཆེར་མ་ལོ་འདབ་རྒྱས། སེའོག་དམན་པ་འགྲུལ་བ་ཡིན། སྤོ་མོ་ཐུན་  
དང་སྒོ་བྱིར་ངན། སྤྱ་སྤིང་རྒྱུང་མ་བསྐྱེལ་ལམ། བརྗེ་དམ་ཉམས་འགྲུལ་  
གྱིས་གཞོན། གསུམ་རྒྱུང་སྤི་རྒྱལ་འགོང་གཞོན་བ་ཡིན། གཡུ་ཡི་ཕེུ་སང་  
འདམ་ཇུབ་ཆགས། རྒྱུང་རྒྱུད་སྤོ་ནད་ཀྱིས་ཟེན། བག་སྒྲ་དང་ནི་རོ་སྒྲ་སྤྱིག།  
བཞི་རུར་བ་སེར་པོའི་ཡ་མཆུ་ཆད། སྤྱགས་འདེབས་ཆོས་འདོན་ཆོས་བཤད་

ངན། །མཆོལ་སྤལ་བ་གན་རྒྱལ་ཉལ། །མནའ་མ་སྒྲུག་མོ་ཉལ་ངོ་ཡིན། །  
 གཡང་ཉམས་ངོ་གྲིབ་བཙོག་གི་ངོ། །ལྷ་པ་གི་དགོ་སྟོན་བྱས་བ་ཡིན། །གི་  
 བསྐྱར་བྱེད་པའི་མོལ་བཟང་། །འདྲེ་བོང་ཞོན་སྒྲོ་ཁར་བྱིན་བ་ཡིན། །གདོན་  
 སྤྱད་བྱེད་པའི་མོལ་བཟང་། །འཁྲུ་མིང་མག་པའི་རྒྱབ་འདྲེ་ཡིན། །དྲུག་བག་  
 མས་གསེར་ལྷ་མ་གྱོན་བ་ཡིན། །མོ་བཙུན་བག་ལ་ཆས་ཉིན་བཟང་། །དེ་མིན་  
 ཡུག་དྲར་ས་ལད་སྤྲིག། །ངང་པ་འདབ་གཤོག་ཆད་བ་ཡིན། །མོ་བཙུན་འབྲིང་  
 གི་ས་ལ་ངན། །བདུན་པ་སྒྲུན་རབས་ཆད་རྣམ་ངན་སྤྲིག། །གཡང་སྤང་མནའ་  
 རོས་དུག་ཆུ་འབྲུང་། །མནའ་སྒྲུག་སྤྲུག་སྤྲུག་ལ་བས་ལེན། །ཁྱིམ་མཆོས་  
 བྱང་གོག་རྟ་མཛོར་ངན། །ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན་པ་ལ། །སྒན་མའི་ལོ་ཐོག་  
 ལེགས་བ་ཡིན། །བརྒྱད་བྱ་དྲར་པ་སྒྲུ་སྒྲུག་བྱས་བ་ཡིན། །བན་གསེར་གྱི་  
 རོ་རྩེ་སྤྲིད་ནས་ཆད། །དམེན་ལ་ལྷ་མོལ་ལྷ་འབྲུག་སྤྲིག། །ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་  
 ངན་པ་ལ། །བཀའ་ལོག་སྒོམ་བ་ཁུན་བཟང་། །དགུ་སྒྲན་པའི་རང་མཆོང་  
 བསྟན་བ་ཡིན། །བཟང་དུག་དུག་ཏུ་སོང་བ་ཡིན། །དུག་ལ་བོན་པོས་ལྷེ་བལྟག་  
 བྱས། །ལེའུ་དང་ནི་ཁང་པོར་ངན། །བཙུ་གསེར་བྱ་སྒྲུག་གིར་གི་བ་ཡིན། །  
 བན་ཆོས་མེད་ལའོར་བར་འབྲུམས་དོགས་ཡོད། །རྩ་དཀར་བརྒྱ་ཡི་ཆུ་མིག་  
 ལ། །སྤལ་གཙོང་སྟོང་གི་ཆོང་ཡང་བཅས། །མ་བྱི་ཁྱིམ་ས་ཆེལ་ངན། །བཙུ་  
 གཙིག་གསེར་བྱ་ཆིག་འགོས་བྱེད། །སྒྲིན་ནག་སྒོ་འཛིན་ཁོངས་སྤྲུ་ཞུགས། །  
 དོན་གལ་ཆེན་བསྐྱབ་པའི་མོལ་ངན། །ཁོས་འདྲེ་ཅན་ལུགས་སྤྲུ་བརྟེན་པས་



གཞོན། །དག་སྒྲ་དམེ་ལྷག་མཛོལ་ངོ་ཡིན། །བརྩ་གཉིས་དུར་པ་སེར་བོའི་  
རོ། །བ་ཚུ་ཅན་གྱི་ཚུལ་བསྐྱར། །ངམ་བོན་ལྷགས་རིའི་རྒྱབ་ཏུ་ལུང། །དག་  
བོ་དུམ་བུར་སོང་བ་ཡིན། །བརྩ་གསུམ་ཁྱིམ་སང་མེ་ནལ་མཛོལ། །སྒར་གྱི་  
འགག་གི་གཞོན་བ་ཡིན། །སྤིང་བ་ཡེ་སྒྲོན་ལྷག་འདྲེ་ཡིན། །ཅི་བཏབ་ཅི་ལ་  
ངན་ན་ཡང་། །བན་བཀའ་ལོག་སྒྲེ་མགོ་འདོན་ན་བཟང་། །དུར་པ་སེར་བོ་  
ཁྱི་ཐུབ་ཡིན། །མ་རབས་བུ་མོ་ཉོན་བཟང་། །~~རྒྱ་མཁུན་མི་པམ་~~ ལི་ཡན་གྱི་ནི་གྲུ་  
བཞེ་དེ། །སྐུམ་གཉིས་ཁོག་འབྲེལ་དུ་སོང་ན། །ཚུ་དོ་ལི་ཡན་ཞེས་བྱ་སྟེ། །གཏོ་  
མེད་ཤ་བག་ལི་ཡན་ཟེར། །མིང་བསྐྱས་ཤག་ལེ་ཞེས་ཀྱང་བྱ། །ཞིང་ཐ་བང་  
སྐུའི་རིང་ལ་བབས། །ཟད་པ་མཐར་ཐུག་ངོ་བོ་ཡིན། །བ་ཁོག་བཅོན་ཁྱིམ་  
གར་ཡང་ངན། །རང་སར་མི་དབང་བྱི་སར་དབང་། །གཅིག་ལ་འགམ་ངོ་  
རྒྱུང་གིས་ཁྱེར། །གཉིས་ལ་ཡེ་ངམ་འབྲུགས་ཚོད་ལངས། །གསུམ་ལ་རྒྱུང་  
གསུམ་སད་ཀྱིས་ཁྱེར། །བཞེ་ལ་གྲུ་ཚད་རྒྱུང་གིས་གཏོར། །ལྷ་མཚོན་གྱི་  
གྲུ་བུ་སྒྲ་དལ་ཡིན། །དག་ལྷ་ལ་ནི་དག་ས་ཆག །དུག་རི་བོ་གྲུར་ཁྱིམ་དེབ་  
བ་ཡིན། །བདུན་ལ་ལ་སྒྲུན་ནང་དུ་འབྲུགས། །བརྒྱད་ལ་གྲོད་ལམ་སྐྱུ་མོ་བྱ། །  
དག་ལྷག་ཚད་ཁྲོམ་གཞུང་ནས་རལ། །བརྩ་མོ་བརྩུན་བང་ཉོས་ཁྱེར་བ་ཡིན། །  
བརྩ་གཅིག་དག་སྒྲའི་སྐྱུ་སྐྱད་ཡལ། །བརྩ་གཉིས་བདུད་ནག་གྱི་ལམ་སྟེགས། །  
གྲོད་མཛོ་རོ་ཅམ་ཞིག་གྱི་སྒྲོར་ཐོན། །དག་ཡལ་རྒྱུང་གིས་ཁྱེར་བ་ཡིན། །  
དག་དུར་སྒང་ལ་བཏབ་བ་ཡིན། །བརྩ་གསུམ་དག་སྒྲའི་གྲུར་ཆེན་རྒྱུང་གིས་


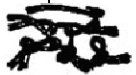

ཁྱེད། སྒྲོན་པའི་གྱི་རོ་མགོ་དོན་ཡིན། ཅི་ལ་བདེ་བ་ཀྱང་ཟད་པ་མཐར་ཐུག་  
 རན། ཡུལ་ཐུང་གྲོ་སྟོང་དཔུལ་འདྲེ་ཡིན། མུག་གི་པ་ས་འདྲིན་ན་བཟང་། །  
 མི་ཆེན་རྒྱ་དཔུས་བསྐྱོར་ན་བཟང་། རྒྱུང་བཞིན་ས་མཐའ་འགྲིམ་དོ་ཡིན། །  
 ཁྱི་ར་བ་དང་བཙོན་འདྲིན་དང་། རྩོད་བཙན་མཐའ་མ་བསྐྱོར་བ་དང་། །ཁ་  
 མཆུ་ཤག་འདེབས་ཁྱེད་ན་བཟང་། །~~ཁྱེད་ཀྱི་མཁའ་མ་གཅིག་བརྒྱག་~~  
 བ། །ཐུང་ཁྱེད་ནོར་བུ་གཟི་འབར་ཟེར། ཁྱི་བདུད་འབྲུམས་པ་རལ་ཆེན་  
 ཡིན། ཁྱི་རོ་ཤིན་རྩ་ཆེ་བའི་མོ། གསེར་ལ་གྲུང་ཆེན་སེ་སྟོང་ཟེར། ཡེ་ངམ་  
 གཉིས་ཀྱི་ཐུང་དོ་ཡིན། ཐམས་ཅད་འབྲུག་པའི་འབྲུགས་འདྲེ་ཡིན། དཀར་  
 ཐོག་གསུང་རྒྱུང་ཆེན་མོ་སྟགས། རིགས་རྒྱག་ནོར་བུ་རྣམ་རྒྱག་པོ། ཐམས་  
 ཅད་ཐུང་བའི་ཐུང་ཁྱེད་ན། ཤག་ལེ་ནོར་བུ་གཟི་འབར་ཡིན། ལི་ཡན་ཁ་  
 བག་ཐུང་ཡུ་ཟེར། བརྒྱབ་མི་ངམ་པོན་གྱི་རུས་བརྒྱབ། ཁྲུ་ཐུང་འབྲུག་གི་  
 རྩོད་དོ་ཡིན། ཡེ་ངམ་ཁྱེ་བའི་འབྲུག་རྩལ་ཡིན། ཁྱི་སར་འབྲུག་གི་གཞི་  
 མ་བཤིང་། སྤྲད་རྩ་བརྒྱག་ཁ་གང་བཅ་ཀྱང་། བཅུ་ཡན་སྟོང་རྩ་འདི་བབས་  
 བ། །བརྒྱག་རྩི་ཐོག་འདྲ་བ་བརྒྱབ་ཅུ་དེ། རྒྱུང་བད་བ་ཤ་ཤུས་ཁྱེད་བཡིན། །  
 ཁྱི་ནང་ཐམས་ཅད་དེ་ཡིས་འགྲོ། དག་གཞི་དགོར་གསུམ་རིམ་ལ་ཡང་། ལྷས་  
 རན་ནོར་བུ་འདི་ཉིད་རན། རྩོན་པས་ཤ་བ་བདའ་ན་བཟང་། འདི་སྟོན་  
 ཆེ་སྟོང་པས་སྟོང་ཁམས་འབྲུག སྟོང་ངམ་སྒྱུ་པོའི་གྱི་སྒྱུར་ཡིན། མགོ་པོ་  
 ཡེང་མ་མཚམས་སྒྲུ་ཆགས། དུམ་གཉིས་ཡེ་དམ་ཡུལ་རྩ་སྟང་། ངམ་རྩེ་རྩེ་ལ་

བའི་མི་ལམ་དུ། །ངས་སྟོད་པའི་ནོར་བུ་རྟེན་བྱུང་སྟུམ། །ནོར་བུའི་ཞལ་ནས་  
གཏམ་གཅིག་སྒྲུབ། །ང་སྟོད་དུ་ལྟ་ཡི་གཙོང་དོ་ཡིན། །སྟོད་དུ་ངམ་གྱི་གཙོང་  
དོ་ཡིན། །ང་ལྟས་ངན་ནོར་བུའི་ཁ་གཏོན་ལ། །ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་གཟི་འབར་  
དགོས། ། སུམ་ཚོམ་འབྲེལ་ནང་གཅིག་འཇུག་ནས། །མོ་རྟ་བག་  
སོང་གཅིག་ཡར་བ། །སད་གྱི་ཉི་མ་དུང་འོད་འདི། །དང་པོ་སྟོང་པའི་འབྲས་  
བུ་སྟོན། །བར་དུ་ཆགས་པའི་གཞི་མ་ཡིན། །ཐ་མར་ཀུན་གྱི་སྤྱི་ནོར་ཡིན། །  
མུང་བྱེད་ནོར་བུའི་འདུལ་སྐལ་ཡིན། །འདི་ལ་ཁ་ཅིག་སུམ་རྒྱུང་ལི་ཡན་ཟེར། །  
འོན་ཀྱང་བག་བྱའི་རིགས་གཏོགས་པས། །ལི་ཡན་གྲངས་སྟེ་བ་མིན། །  
བྱ་ཡུན་བུ་ལ་མེ་ཚ་སོངས། །བྱ་ཡུན་ཉི་ཤར་མུར་བུ་བརྒྱག་ །ཡེ་ཡི་ནོར་བུ་འོད་  
འབར་ཡིན། །མུང་བྱེད་རྣམས་གྱི་འདུལ་སྐལ་ཡིན། །མུང་བྱེད་ནོར་བུ་གཟི་  
འབར་དེ། །མུང་ཐག་མེད་པའི་ནོར་བུ་ལ། །ཡེ་གཤེན་དབང་རྫོགས་ཕྱག་  
རྒྱ་ཡིས། །བྲུངས་ནས་མུང་ཐག་བཏགས་པ་ནི། །དམུ་དག་དྲང་གིང་དཀར་  
པོ་ཡིན། །འདི་གསུམ་མུང་བྱེད་ཁ་གཏོན་ཡིན། །ཡང་གཟི་འབར་ཐུབ་པའི་  
མོ་གསུམ་ཡོད། །གལ་བར་ཐོད་དཀར་དེ་དང་གཅིག་ །ཤ་རིང་སྟོ་ཆེ་དེ་དང་  
གཉིས། །རྩེ་ར་གནམ་ལྗགས་དེ་དང་གསུམ། །འདི་གསུམ་གཟི་འབར་འདུལ་  
མི་ཡིན། །གཞན་ཡང་མུང་བྱེད་གཟི་འབར་གྱིས། །མི་ཐུབ་དག་བཞིར་བཤད་  
པ་ཡང་། །འདི་ཡི་ཁོངས་སུ་འདུས་པར་སེམས། །གཅིག་ལ་ཤག་ལེ་གཟི་  
འབར་ན། །གཞི་མ་རྒྱུད་གིས་གཏོར་བ་ཡིན། །གཉིས་ལ་རྒྱ་བོད་འབྲུག་པ་



ལངས། །གསུམ་ལ་རྒྱུད་གསུམ་སད་གིས་ཁྱེད། །བཞི་སྒྲུ་ཚད་རྒྱུད་བཞིག་  
 གྱུ་མཚོའི་ལྷོ་བ་བྱད། །ལྷ་ལ་ཡེ་ངམ་འབྲུགས་པ་ལང་། །དྲུག་ལ་རི་བོ་གྱུར་  
 ཁྱིམ་དེ་བས། །བདུན་པ་སྒྲུན་དམེ་འབྲུག་སྒྲོ་འགྲོད་འབྲུག་ །བརྒྱད་ལ་གྱུད་  
 གྱི་ཀ་ཆེན་ཆག །དགུ་ལ་རྩ་ཆེན་གཞུང་ནས་རལ། །བརྒྱུ་ལ་བ་བརྩུན་དུར་  
 དུ་ཁྱུགས། །བརྒྱུ་གཅིག་དུང་ཁྱུང་རྩ་ལ་བྱད། །བརྒྱུ་གཉིས་ཉར་བོད་འབྲུག་  
 པ་ལངས། །བརྒྱུ་གསུམ་མི་དཔོན་གྱི་རུ་འཆི། །སྒྲོན་པའི་གྱི་ངོ་མགོ་དོས་ཡིན། །  
 དམག་དཔོན་དག་ལག་གི་བ་ཡིན། །~~བརྒྱུ་ལ་ལྷུག་གཉིས་སོ་སོར་~~  
 བསྒྲོན། །མོ་རྟ་བག་སོང་གཅིག་ཡར་བ། །དེ་རྟ་ལྷ་ཁ་ལི་ཡན་ཡིན། །དམག་  
 དཔོན་མགོ་ཡི་ལྷ་མོ་ཤོར། །བཙན་ས་མི་བྱུང་བྱིས་པ་གཅིས། །སྒྲོན་དལ་བག་  
 དཀར་པོའི་འདབས་ཞོལ་དུ། །གཡུ་བྱག་སྒྲོང་པོའི་ཉི་དུང་དུ། །མིད་པའི་  
 སྒྲོན་ལམ་རྒྱ་ཆོན་འདུས། །དུང་གི་ཤོ་རྒྱུད་ཉིན་བཞིན་ཅེ། །དེ་རྟ་ལྷ་མོ་  
 མཆེད་བདུན་ཡང་། །སྒྲོན་པའི་སྒྲུ་ལེན་དེ་རུ་སོང་། །འདོད་པའི་སྒྲོན་ལམ་  
 རེ་རེ་ཁྱུས། །རྒྱན་རྒྱོན་གཉིས་གྱིས་དེ་ལྟར་བཏབ། །དེ་ཆོ་ལྷ་ཁ་ལི་ཡན་གྱིས། །  
 གོང་བུ་མོ་གསུམ་གྱི་དབང་ཐང་དང་། །འོག་རུ་མོ་གསུམ་གྱི་ལང་ཆོ་ཡང་། །  
 བདག་གིས་ཐོབ་པར་ཤོག་ཅིག་ཅིས། །འོག་སྒྲོན་ཡིད་གྱིས་བཏབ་པ་དེ། །  
 སྒྲོན་རྒྱན་ཡབ་ཡུམ་མཛོན་ཤེས་གྱིས། །མཐོང་ནས་སྤྲུང་ཡང་ཐུགས་ཁྲོས་  
 བས། །བུ་མོ་བཟང་ཡང་སྤྲིང་ཁམས་ངན། །ཅི་ཤིང་བཟང་ཡང་གོས་གྱི་  
 ག་ཤེད། །སྤྲིང་མཐོན་པོར་འདོད་དེ་དམའ་མོར་ཤོག །རྗེ་མོར་འདོད་དེ་བྱན་

མོར་ཤོག །ཕུ་མོ་གསུམ་གྱི་དབུལ་མིང་དང་། །རུ་མོ་གསུམ་གྱི་མཛེས་མི་  
ཡང་། །ད་རོག་ཕུ་མོ་ཁྱེད་ལ་ཤོག །དེ་རྒྱད་ལོག་པའི་སྒོན་ལམ་འབུམ། །  
སྒོན་པ་ཕུ་ཁ་ལི་ཡན་ཡིན། །རང་གི་གཅིས་ས་གར་བབ་ན། །པོ་སྒོ་ཉིས་སྒོ་  
ལ་ཡག་དུས་མེད། །མོ་མིས་ཆད་མིས་ལ་ཡོད་དུས་མེད། །གོས་མེད་ལྷག་  
པ་དབྱར་ན་ཆེ། །ཟས་མེད་ཕུ་གེ་སྒོན་ན་ཆ། །དབྱར་གྱི་རུ་ཅི་མི་ལ་སྒོང་། །  
འབྲི་བརྒྱ་བཞོས་ཀྱང་རྒྱ་རྒྱད་མེད། །རྟ་བརྒྱ་ཡོད་ཀྱང་རྒྱ་ཁྱག་མེད། །ལུག་  
བརྒྱ་བཤས་ཀྱང་གསུར་བྲི་མེད། །མགོ་དར་སྒྲ་ལུབ་ཀྱང་རྒྱུར་མི་གཡོར། །  
དག་བཞི་བསྐྱར་གསུམ་ཀུན་ལ་ངན། །ལྷག་པར་ས་ཆེན་ལྷག་པོར་ངན། །  
དེ་ཡི་སྒྲུམ་ལ་བརྒྱག་བཅས་ན། །སྤང་བུ་དམར་པོ་སེ་སྤྲོད་བརྒྱག །སྤང་བུ་  
མར་ཟན་སོང་བ་སྤྲུག་དང་འཕྲད། །རྒྱུ་པ་མར་གྱིས་བཟུང་ནས་ཁོ་ལོ་ཡིན། །  
ཀུན་རྒྱ་གཉིས་གྱི་མོ་ལ་ངན། །མི་རྟ་བཙོན་དུ་འཛོར་རོ་ཡིན། །  
ད་རོག་ཕུ་ཁ་ལི་ཡན་གྱི། །ཕུག་གུ་གཉིས་པོར་ཅམ་ཐིག་སོང་། །ད་རོག་ཕུ་  
ཅེ་ལི་ཡན་ཡིན། །བརྒྱག་ཀྱང་སྒྲ་མ་ལྟ་བུར་དབྱད། ། སྒྲ་མའི་ཕུག་  
གུ་གཉིས་པོ་དེ། །འབྲེལ་ནས་གཅིག་གིས་སྒྲུམ་ལ་འདུམ། །ད་རོག་ཕུན་  
རུམ་ལི་ཡན་ཡིན། །ད་རོག་རྒྱུང་གི་ལི་ཡན་ཡང་། །བྱ་རོག་ཕུན་རུམ་བྲག་  
ལས་ཡར། །སྒྲིས་བུས་དག་སྒྲུལ་མ་ཐུབ་ཤོར་བ་ཡིན། །དེ་ལ་བརྒྱག་གཅིག་  
བཅས་པ་ན། །ད་རོག་ཟ་མདའ་སེ་སྤྲོད་ཡིན། །ཤ་བ་ཅི་ཐོག་ཐོས་པས་ཁྱི་  
དང་འཕྲད། །དག་དང་ལམ་དུ་འཕྲད་རོ་ཡིན། །རི་དྲགས་བདས་ནས་སོང་།

རོ་ཡིན། །ད་རོག་ལི་ཡན་རིགས་འདི་རྣམས། །དུ་ཡི་ཐལ་བྱིན་སྒྲིང་འབྲེ་  
 ཡིན། །ལྷག་པར་ལྷག་པོའི་མོ་ལ་ངན། ། ཐིག་བཞི་ལྷགས་ཐག་ལྷར་  
 འབྲེལ་བའི། །མོ་རྟ་བག་སོང་ལྷ་གྲུ་ཡར། །ཀྱེ་བ་བག་ཐོག་ལི་ཡན་ཡིན། །  
 ལི་ཡན་རྣམས་ཀྱི་དྲངས་མ་ཡིན། །དྲངས་སྒྲིགས་འབྱེད་པའི་ལྷ་རྒྱུང་ཡིན། །  
 ཤལ་ཆེན་དམག་ལ་སྟོད་ཏུ་ངན། །དམག་མི་ཆོང་ཡང་སྟོང་ལོག་ཡིན། །མི་  
 གན་ནད་པ་དག་ལ་ངན། །བཀྲ་གན་མགོ་ཡི་བྱེ་མར་ཡིན། །སྒྲ་སྒྲོའི་སེར་  
 ལུ་ཡལ་བ་ཡིན། །ཤ་རྟ་ཉོན་སྟོང་ཏུ་ངན། །ཤ་རྟས་བདག་པོ་དག་ཁར་འཁེན།  
 ལུལ་ལ་འཕོ་འཕྱུག་བྱེད་ན་ངན། །ལུལ་གསར་བཤོས་པ་རྒྱུང་གིས་བྱེད། །  
 རྩེ་ལ་མཐོ་བདམ་བྱེད་ན་བཟང་། །ལྷམ་རྒྱིང་བཙོང་བས་ལྷ་དཀར་ཁྲག་ །  
 ལྷགས་ས་བག་མར་ལེན་ན་བཟང་། །ལུལ་མཁར་ཟིན་ཅིང་བུ་ལོར་འཕེལ། །  
 ཐིག་གྲུ་གསུམ་པོ་ལྷགས་ཐག་ལྷར། །འབྲེལ་བའི་དབུས་མར་ལྷ་  
 གྲུས་འཇུས། །མོ་རྟ་བག་སོང་གཅིག་ཡར་བ། །དུ་ཡི་དབལ་བག་ཐོག་ལི་ཡན་  
 ཡིན། །ལི་ཡན་རྣམས་ཀྱི་ཆེ་བ་ཡིན། །དྲངས་སྒྲིགས་འབྱེད་པའི་ལྷ་རྒྱུང་ཡིན།  
 རྒྱུང་བང་གཅིག་ཤ་ཤ་བྱུ་བྱུ་ཡིན། །ལྷ་དབལ་རྒྱུང་བྱུ་ལི་ཡན་ནམ། །ཟེ་ཟེ་  
 ལུན་རུམ་བག་ལེ་ཟེར། ། ཐིག་བཞི་བཞི་ཆོམ་འབྲེལ་ནས་སྤྱ། །  
 མོ་རྟ་བག་སོང་གཅིག་ཡར་བ། །ལི་ཡན་རྒྱུང་གི་གསོག་ནག་ཡིན། །རྒྱུང་དོ་རྩེ་  
 རྒྱ་གམ་སྒྲ་མདུད་ཡིན། །འདི་ལ་དབུས་སྟོང་མི་སྟོང་བའི། །མདུད་རྩུལ་གཉིས་  
 ལུ་སྤང་ན་ཡང་། །སོ་སོར་བཤད་པ་མ་མཐོང་ཞིང་། །གཅིག་ཏུ་བཅིས་ན་

ཅ་གངས་འགྲིག། ཉེ་ལྷར་བརྒྱུག་མེད་ཅ་བ་བརྒྱད། །ལི་ཡན་འཕྱོར་བྱེད་  
སྟེ་བརྒྱད་ཡིན། །ལི་ཡན་རྒྱུད་སྟོང་བརྒྱད་པོ་དེ། །གསེར་ལུང་གཅིག་ལ་འདུས་  
པ་ནི། །ལན་དུ་ཀྱ་ཡེ་བྱེད་ཆོང་ཡིན། །ལི་ཡན་ལན་དུ་དིང་དིང་ན། །མེད་ལ་  
ཡོད་པའི་འབྲས་ལུ་སྟོན། །སྟོན་དིང་དཔུལ་མོའི་གཙང་ར་གསེར་དུ་འགྱུར། །  
གལ་བར་མུང་རིར་གསས་མཁམ་རྩྭ་གས། །བྱ་ཡུན་ལུན་པར་སྟོན་མེགས་ལ། །  
མེ་བཙའ་གཅིག་གིས་ནད་བརྒྱ་ལུབ། །བག་བྱ་རྒྱུད་གི་འཁོར་ལོ་ལ། །ཉི་ཟླ་  
དུས་གཅིག་ཤར་བ་ཡིན། །བྱ་ལུར་གོ་ལར་ཟླ་བ་རྒྱས། །ལུས་མཁའ་ལ་སྒྲར་  
མ་བཀ། །ཁ་ཆོ་སྟོང་པའི་རྒྱུད་ལས་གོ་བྲབ་ལུབ། །གོ་བྲབ་འོད་ལ་དག་ཟླ་  
འཁོར། །སྟོ་ཆོ་སྟོང་ལས་དབག་བསམ་འབྱུངས། །དུམ་ཐག་སྟོང་ལ་འབྲས་  
ལུ་སྟོན། །སྟེར་དཀར་སྟོང་པ་བཅུད་ཀྱིས་གང། །ཆོ་ལ་ཆོ་གུང་པོ་སྦྱུམ་ཀྱིས་  
མཉེན། །བྱུང་བརྒྱད་རྒྱུད་ལ་བྱུང་གི་འཕེལ་བ་བབ། །ཨ་ཁད་རྒྱུད་གིས་གང་མ་  
སྟན་བརྒྱལ། །ལུང་ཁད་གང་མ་རན་རྒྱུད་ལ་བྱུབ། །མཁོན་འཐབ་མོ་གཉིས་  
ཀྱིས་མི་ཀླབ་བཅད། །རང་སྟན་དག་ཟླའི་རྒྱུད་མཁམ་མཛེས། །སྤང་ཟེ་སྟོང་  
བར་གཡུ་འབྲུག་ཤིང། །བྱོད་ལུར་མེད་ལ་ཡོད་འབྲས་སྟོན། །སྤང་སྟེ་ནས་  
ཀྱིས་གང་བ་ཡིན། །ཕྱི་ལུར་དབལ་གྱི་ཁུ་གི་ཡིས། །མེད་འདྲེའི་སྟེ་གིང་རྩད་  
ནས་བཅད། །བག་ཕྱི་སྟོང་འདྲེ་ཐེའུ་རང་བྱས། །ཡར་ཤིང་ཟད་པ་བཅུད་ཀྱིས་  
གསོས། །ལུམ་མཉམ་རྒྱུད་སྟོང་ལམ་དུ་ཞུགས། །ཅི་ར་གནམ་ལྷགས་རལ་  
གྱི་ཡིས། །ལི་ཡན་ལུང་གི་སྟེ་གིང་བཅད། །གཡུང་རྒྱུད་བདུད་ཅིའི་ཆར་བ་

ཡིས། །འི་ཡན་ཐང་སྒྲུ་ལོ་འབྲས་སྒྲིན། །ཀྲེ་པ་འབྲུལ་གྱི་ཞགས་པ་ཡིས། །  
 འི་ཡན་སྒྲུང་པོ་རྒྱལ་སར་བཀོད། །ད་རོག་མར་ཁུའི་མཆོ་མོ་ཡིས། །འི་ཡན་  
 རོ་སྟོང་བརྟུང་གྱིས་བཀའ། །མུ་དབལ་མཆོན་ཆའི་འཁོར་ལོ་ཡིས། །འི་ཡན་  
 ལྷག་འདྲ་འཁོར་པོ་བརྟུལ། །སྒྲུམ་རིགས་རྒྱུང་དང་ཆར་པ་འགྲོགས། །སྒྲུམ་  
 རན་རིགས་མེད་འདྲེའི་མཆི་མ་ཡིན། །བྲུ་བརྒྱུག་བཟང་རིགས་བྱུང་བན། །སྟོང་  
 པ་རྒྱུང་གི་ཁྲི་འཕང་ལ། །འཆི་མེད་བརྟུང་ཅིའི་ཐིགས་པ་ཆགས། །བྲུ་རལ་  
 འབྲུང་ཟད་ཆེ་ཟད་ཡིན། །རིན་ཆེན་དབུལ་པོས་ནོར་བུ་རྟེན། །འི་ཡན་སྒྲུང་  
 པོ་རྒྱལ་སྒྲུང་ཡིན། །གསེར་བྲ་སྒྲུང་སྒྲུལ་གསེར་གྱིས་གང། །མར་ལྗོང་འབྲུ་ཟད་  
 བཅོར་ཐུག། །སྒོ་བར་མེད་འདྲེ་གྲོང་དུ་སྤང། །སོ་ཡོན་རམ་དམག་མཐའ་  
 བས་གཡོས། །རུ་སྟོང་མེད་འདྲེ་བརྟུང་གྱིས་བྲས། །མ་ཟེ་མེད་འདྲེས་རྟུར་  
 ཐུམ་བྱིད། །ན་འབན་སྒྲུང་པོ་སྒྲུག་གིར་ཤི། །ཁྲོང་སྒྲོང་བྲག་རིགས་ཀུན་གྱང་  
 རན། །ཤོས་མེད་ལྷག་པ་དབྱུར་ན་ཆེ། །ཟས་མེད་ལུ་གེ་སྟོན་ན་ཆེ། །མོ་བསྟོང་  
 ཟད་ཟས་ལ་ཡོད་དུས་མེད། །སོ་སྟོ་ཉེས་སྟོ་ལ་ཡག་དུས་མེད། །རི་ལ་བཏབ་  
 གྱང་རན་པ་ཡིན། །འི་ཡན་སྟིགས་མ་བརྒྱུག་མེད་རྣམས། །སྒྲུང་པོ་ལྷག་གི་  
 སྒྲུ་མདུད་ཡིན། །དེ་སྦྱིར་དབུལ་པོའི་མོ་འདེབས་ན། །འི་ཡན་བབ་ན་ལན་ལ་  
 དབྱད། །ཡང་ན་བརྒྱུག་ཁ་འབྲུང་ཚུལ་དབྱད། །དེ་ལ་དབུལ་པོའི་རྩོད་ཐིག་ཡོད། །  
 དེ་བཞིན་མདུད་པ་གཞན་ལ་ཡང་། །རང་རང་སོ་སོའི་སྒྲུ་མདུད་བབ། །དེ་  
 ལ་རྩོད་ཐིག་ཁ་དམར་ཡོད། །དེ་ནི་དུས་ཀུན་གཤམ་པར་བྱོས། །

གུ་གསུམ་ལ་གཅིག་གིས་འཇུག། གཅིག་པོ་དེ་ནང་སྐྱུམ་བསྐྱོན་པ། མར་  
 ལྷིང་ནག་པོ་ཁྱུ་ཡུར་ཡིན། མུན་པ་ཟེར་ལྷན་རིང་ལ་བབས། ངམ་གཡག་ནག་  
 པོ་ཁྱུ་ཡུར་ཡིན། ཡར་ལ་དེད་ཀྱང་མར་ལ་སྒྱ། རི་གཟར་ཐབ་དང་རོང་  
 ཁོང་ཁྱ། མར་མར་ས་ཁུང་ཐུར་དུ་སྟོགས། མ་རབས་རྒྱད་པའི་བྲ་མདུད་  
 ཡིན། འབྲུང་བ་མར་ལ་རྒྱད་པ་ཡིན། འདབ་ཐང་མར་ལ་སྒྱ་བ་ཡིན། ས་  
 འོག་དུར་པག་ནག་པོ་ཡིན། ཤིང་དྲང་པོར་སྐྱེས་ཀྱང་ཅེ་མོ་གྲག། ལས་ལམ་  
 བཞིན་བྱས་ཀྱང་ཕྱི་མཐའ་འགྱུད། ཁོ་མ་ཡར་ལ་སྐྱོས་ཀྱང་ཕྱིར་ལ་རུར། གླིང་མིག་སྟོག་གསུམ་དུ་བབ་ན། གར་བབ་མུན་པས་གཡོགས་པ་ཡིན། བ་  
 ཁོག་བཅན་བྱིས་གར་བབ་ངན། ལྷག་པར་བཅུ་གཅིག་བཅུ་གསུམ་ངན། གླིང་དུ་རེ་བའི་ཁོད་ཀྱན་དེ། ལ་ཁར་སྐྱེ་བས་ནས་ཐུར་དུ་ལྷུང་། ཅི་ལ་བཏབ་  
 ཀྱང་ངན་པ་ཡིན། མར་ལྷིང་ཀྱན་མོའི་སྤྱད་ཤམ་འདི། གཅིག་གི་སྤྱིང་དུ་  
 བབ་པ་ན། གངས་དབྱི་ཀྱན་མོ་རྩ་ལ་གི་ཀྱན་མོའི་མོ་ལ་འཆིང་ཡིན། གཞི་ཕྱར་ས་བདག་ཀ་བ་འགྱེལ། གཉིས་དབྲ་མ་རབས་བཅོན་དུ་ཟེན་ངོ་  
 ཡིན། ཐམ་ས་མཐར་གི་ངོ་ཡིན། སྒོ་ཕྱི་ནང་མཚམས་གྱི་འགྱུད་ངོ་འདུལ་ཡིན། གསུམ་རྒྱུང་གསུམ་རྒྱུང་རྒྱུང་མི་གངས་ལྷགས། ཁུ་ཚ་གྱུད་ལ་འཐོགས་པ་  
 ཡིན། བཞི་ག་ག་དུང་ཆག་ཁིང་དམ་ཐག་ཆད། གཡང་མཛོད་ཐེའུ་རང་འགོང་  
 བོས་བརྒྱ། ལྷ་ཐུང་འདྲེ་སྒོ་རུ་ཐུད་པ་ཡིན། འག་མཚོན་ཐུན་གྱིས་ཐོབ་པ་  
 ཡིན། འུག་ཡབ་ལྷ་བདེལ་འུག་ཀ་བ་འགྱེལ། ཤ་བ་ཡུ་མོ་ལ་རྒྱབ་རི་ཅེར་

ཤོར། །བྱད་མེད་ས་རུ་ལྷག་པར་ངན། །བདུན་རིག་ཆེན་མི་ཡི་མཁར་བུ་ཞིག།  
 རྒྱུས་པ་བཙོན་འཆོར་པོ་སྒོ་འགྲོད། །པ་སྒྲུན་དུར་ས་འཕྲུལ་བ་ཡིན། །བརྒྱད་  
 ལྷ་ཁྱིམ་འདྲེན་གས་ཁྱགས་པ་ཡིས། །དབུས་གྱི་ཀ་ཆེན་འགྲེལ་བ་ཡིན། །དགྲ་  
 བོན་པོ་ཡིན་ན་ཁ་ལྷེ་འགྲིབ། །དག་ལྷུང་དག་ལ་མི་ཁས་ཐེབ། །གདོན་ཕུར་  
 བཙོན་དང་རྒྱལ་པོ་གཞོད། །བརྩུ་ལ་གནམ་རྒྱུ་ས་རྒྱུ་ལ་ཡིན། །མཚུན་གྱིས་  
 ཕུར་དེད་བྱ་བ་སྟེ། །མ་ཕྱི་རྒྱན་རབས་གི་དོགས་ཡོད། །ཤིན་ཆོ་ཞབས་བུག་  
 དོགས་ཡོད། །མ་དེ་གི་ན་པ་འདི་ལུས། །རིམ་གྲོར་ཉི་མའ་དུ་འདོན། །  
 བལ་མའི་དུར་ས་རྒྱུ་ལ་ཡིན། །དུར་ས་ཉེས་བས་མི་ནོར་བུ་གས། །ཆ་ཆ་མང་  
 གདབ་དཀར་ཅི་གསོལ། །དུར་ས་བཙོན་གིང་སྒྲུལ་བཟང་དང་། །ནུམ་རྒྱལ་  
 གཟུངས་འདོན་དབྱེ་སེལ་བྱ། །དམེན་ལ་བཙོན་གིས་ཁྱིམ་ལྷ་མཐོལ། །བརྩུ་  
 གཅིག་སྒོ་འཛིན་མགོ་ལ་མདུན་ཁུ་གྲོན། །དཔའ་པོའི་སྒྲག་འཕྲུལ་ལ་དུ་བྱད། །  
 རྒྱུས་རྒྱུ་འཕྲུ་ཅན་ལ་ལྷག་པར་ངན། །སྤང་མ་མི་དགའ་ལྷ་གསོལ་བྱ། །  
 བརྩུ་གཉིས་ངམ་གྱི་ཐང་གིང་འགྲེལ། །དག་མོད་གདོན་གྱིས་རང་ལུལ་  
 བསྟེགས། །བརྩུ་གསུམ་དབག་བསམ་ཅེ་མོ་ཆད། །རི་རབ་མགོ་རྒྱུང་ལོག་  
 པ་ཡིན། །རི་རྒྱུང་དཔེ་གྲུང་རྒྱུང་ཐེས། །འབབ་རྒྱུང་དཔེ་འཕྲིལ་རྒྱུ་ཐེས། །  
 ཅི་ལ་བཟང་གྲུང་ངན་བ་སྟེ། །བྱད་པར་བན་བོན་མི་ཆེན་ལ། །ལོ་ལྷའམ་  
 བརྩུ་ལ་མི་སྒྲོན་གྲང་། །དེ་རྒྱུས་དཔོན་པོའི་བསྟན་པ་ཡལ། །ཞ་སྒྱི་བོ་བཙད་  
 བས་རྒྱང་ལྷུ་མ་བྱས། །གོས་སྤྱད་བཙད་ནས་ཤམ་བྱ་བྱས། །དོན་མེད་ག་

ལྷ་འདྲིག་འདྲིག་བྱེད། །མི་རབས་བརྩ་གསུམ་མར་ལ་གྱ། །དབལ་བསྐྱེད་  
 བྱར་ལྷ་ཆོགས་བསམ་དང་། །རྒྱས་པ་འབུམ་དང་བསྐྱེད་བཤགས་བྱ། །  
 འདྲིར་མར་ལྷ་ཐོད་རྒྱག་རིགས་བྱུང་ན། །སྤྱག་དབལ་ཐོངས་ཅན་གྱི་མོ་ལ་  
 བཟང་། །ཇག་པའི་མོ་ལ་བྱེད་པར་བཟང་། །ཉིན་རིའི་མོ་ལ་འང་བཟང་བར་  
 བཤད། །གཉིས་ཀྱི་སྤྲེད་དུ་མར་དིང་དང་། །བརྒྱད་ཀྱི་སྤྲེད་དུ་རྒྱུ་མར་ན། །  
 བཅན་པོའི་གཉེན་ཤིང་ཡིན་ན་ཡང་། །མ་རབས་གཅིག་གི་མོ་ལ་བཟང་། །  
 གཅིག་གི་སྤྲེད་དུ་མར་དིང་དང་། །བརྩ་གཅིག་སྤྲེད་གི་བག་ཆོན། །བཅོག་གཡོས་  
 ཐོད་ཀྱི་མཆོད་ཀྱི་ལ་དུ། །དབག་བསམ་ལྷོན་ཤིང་སྤྱིས་པ་ཡིན། །མི་རབས་དགྲ་  
 ལ་དར་སོ་ཡོད། །མར་དིང་ལན་དུ་དིང་དིང་ན། །འཕྲོག་པོ་དྲང་པོར་སོང་  
 བ་ཡིན། །སྤྱིན་དིང་སྤྲིང་མེད་གྲུང་ལུ་འཁོར། །གལ་པར་སྤྱིན་ཤིང་ཐེར་མས་  
 བཅད། །བྱ་ལུན་སྤྱག་གི་ལུན་པ་སངས། །བྱ་བྱར་བྱ་ངན་མཆི་མ་སྐམ། །ལུ་  
 ས་ཤིང་སྐམ་ལོ་འདབ་རྒྱས། །མ་ཆོ་མ་སྤྲིང་སྤྲིང་ཏུ་སོང་། །སྤྲོ་ཆོ་ཤིང་སྐམ་  
 མེ་ཏོག་སྤྲིན། །དལ་ཐག་ངན་སྤྲ་བཟང་གིས་བཞེན། །སྤྲེར་དཀར་སྤྱག་གི་  
 ལུར་ཐག་སྤྲོད། །ཆོལ་ཆོག་ལུག་པའི་དུག་ཤིང་དེ། །དུམ་བྱ་གསུམ་དུ་སོང་  
 བས་བཟང་། །བག་ཆོད་ཡང་དེ་དང་འདྲ། །མར་དིང་གཉེན་པོ་ཆོལ་ཆོལ་ཡིན། །  
 ལན་དུ་བབ་ན་རེས་པར་ཐུབ། །བྱུང་བརྒྱུད་དུར་པག་བྱུང་གིས་བསང་། །  
 ཞ་ཁད་དུག་ཤིང་མེ་ཡིས་ཆོག །རང་སྤྱན་གཏམ་ངན་སྤྱན་པར་སོང་། །སྤང་  
 ཟེ་དུག་ལུ་སྤྱན་དུ་གྱུར། །བྱོད་ལུར་གཡའ་སྤང་བྱ་ངན་སངས། །ལྷི་བྱར་ངམ་



ཤིང་ཆུ་གིས་བཅད། ༼ཡུ་བོའི་མགོ་ལ་རུ་ཅོ་སྒྲེས། ༼ཡར་དྲིང་ཡི་ཆད་ཀྱན་པོ་  
 ལུ་ལ་འཛུམ། ༼ཁ་མར་ལ་གྱུ་བ་གཉེན་དུ་བྱངས། ༼མར་ལྷིང་ངན་པ་ཐུང་རྒྱལ་ལ།  
 ༼ཁ་ལོ་གཉེན་དུ་བསྐྱར་བ་དེ། ༼ཡར་ལྷིང་ཡིན་པས་ལན་དུ་བཟང་། ༼སྒྲུན་མཉམ་  
 རྒྱལ་གི་ལྷགས་སྒྲོག་ཆད། ༼ཅེ་ར་ཐང་ཤིང་ཆད་ནས་མཐུད། ༼གཡུང་དུང་འཕྲེ་  
 ངན་བཅོན་དུ་བྱིན། ༼ཀྱེ་བ་རྒྱལ་ལམ་རི་ཡིས་བཅད། ༼ད་རོག་དལལ་འཕྲེ་  
 རོར་ལྷས་ཐུལ། ༼དམུ་དབལ་གྱི་ཤིང་སྐྱ་རེས་ཆོད། ༼སྒྲུམ་སྒྲོན་ཡི་ཆད་ཐུ་  
 མོ་ཐུ་ངན་སངས། ༼བྱ་རལ་མཛོ་ཀྱན་ཁལ་འོག་གི་ལི་ཡན་སེང་གའི་རལ་  
 པ་ཆད། ༼མར་ལྷིང་མཛོ་སྒྲེལ་གཡང་ལས་ཐར། ༼སྒྲོ་བར་མི་མཐའ་ཐོད་ཀྱིས་  
 བརྒྱལ། ༼སོ་ཡོན་རི་དོ་སྒྲུག་ཏུ་ལྷུང་། ༼རུ་སོད་མི་མཐའ་བདུད་ཀྱིས་བརྒྱུང་། ༼  
 མ་ཟེ་སྒོ་བར་གཤེད་ཀྱིས་འཆོ། ༼ན་འབན་བདུད་དམག་ཁྲོམ་དུ་ལྷུག་ ༼ཁྲོང་  
 ཐག་སྒྲོད་རིགས་གང་བབ་ངན། ༼མར་ལྷིང་ཐོད་ལ་བརྒྱལ་བཅས་ན། ༼ཤིང་  
 བག་ལོ་མ་རྒྱས་པ་ཡིན། ༼དེ་འོག་ཆུ་ཤིང་འཐབ་པའི་བརྒྱལ། ༼སྒྲོ་བརྒྱལ་སེང་  
 གའི་གཡུ་རལ་ཐུར་དུ་ཐུ། ༼ཁྱི་ར་གཉེན་དུ་བསྐྱར་བ་ཡིན། ༼གོ་ལོག་སྒོ་སྒྲོང་  
 རྒྱད་པའི་མོ། ༼ལོ་མལ་གང་བབ་ཆོ་ཆད་རྫོགས། ༼ས་མལ་གང་བབ་སྒོ་ཉེས་  
 ཡིན། ༼མར་ལྷིང་སྒྱུར་ལ་བརྒྱལ་སོང་ན། ༼མར་ལྷིང་དོམ་ནག་ཐུག་དཀར་བརྒྱལ།  
 མ་རབས་གཅིག་གི་ཐུ་སོད་ནས། ༼རྟ་ནག་མཛོ་ནག་ཁུ་ཡུར་ཐོབ། ༼དམག་  
 རག་གཉིས་ལ་སྒྲོད་དུ་གཅེས། ༼གཞི་ཐུ་བ་ཁོག་གསུམ་དུ་གཅེས། ༼གལ་  
 ཏེ་སྒྱུར་ལ་བརྒྱལ་གཉིས་སོང་། ༼ངམ་རྩེ་རྩོལ་བོའི་བསམ་པ་བརྒྱལ། ༼རང་

སའི་བཅཅན་ས་གར་བབ་ཀྱང་། །ཁྲི་ཚོ་གསུམ་གྱི་དམག་དཔོན་སོད། །རྟ་ནག་  
མཛོ་ནག་ཁུ་ཡུར་ཐོབ། །གཡག་ལ་གཏོང་མོད་བྱེད་དོ་ཡིན། །བ་ཁོག་རྣམ་  
གསུམ་གར་བབ་ཀྱང་། །ལུ་ངན་སྦྱེས་པས་དག་ནག་སོད། །གནངས་སུ་སྤྱོད་  
ནག་ཟངས་ནག་ཐོབ། །~~ལུ་ངན་སྦྱེས་པས་དག་ནག་སོད།~~ །གྲུ་བཞི་སྟོ་ལ་བསྐྱོན་གྱུར་ན། །སྟོ་བར་ཞེས་  
སུ་གསུམ་པ་དེ། །སྟོ་བར་གྱོད་པ་རྒན་པོ་ཡིན། །ལར་གྱོད་ཀྱི་པ་མ་ལུ་གསུམ་  
སྟེ། །སྟོ་བར་གྱོད་པ་རྒན་པོ་ཡིན། །སོ་ཡོན་གྱོད་མ་རྒན་མོ་ཡིན། །སེ་སྟོད་  
གྱོད་ལྷག་ཁ་དམར་ཡིན། །དེ་གསུམ་ནང་གི་གྱོད་པ་འདི། །ཡེ་ངམ་གྱོད་གཞི་  
བཏོང་དུས་བབ། །སྟོན་ཡེ་དང་ངམ་གྱི་ས་མཚམས་ན། །རིན་ཆེན་དུང་གི་  
རི་འབྲུང་ཡོད། །རིན་ཆེན་དུང་གི་རྩོ་ཡང་ཡོད། །ཁོར་བུ་སྟོང་གི་གཏོར་ཀྱང་  
ཡོད། །ཡེ་ངམ་ས་ཡི་བརྩུད་ཡིན་པས། །ལེན་ལ་མི་དབང་འཇག་ལ་དབང་། །  
ང་བདག་རྩོད་པ་དེ་གོང་མེད། །ལྷག་པར་དུང་གི་རི་འབྲུང་དེའི། །རྩེ་ན་ཁོར་  
བུ་རྣམ་བཞེ་ཡོད། །སྤྱིང་བཞེའི་བསོད་ནམས་འབྱུང་ངོ་རྒྱུད། །རི་དེའི་བྱང་  
གི་རྩེ་མོན། །ཤག་ལེ་ཁོར་བུ་གཟི་འབར་ཡོད། །རི་དེའི་སྟོ་སྟེ་བར་མ་ན། །  
སྟོ་བར་བདུན་རྩེ་གོང་ཁྲེང་ཡོད། །གཏོགས་པ་ཡེ་ཡི་འབངས་སུ་གཏོགས། །  
ཉེ་བར་ངམ་གྱི་ཡུལ་དུ་ཉེ། །དེ་ཚོ་སྟོ་བར་རྒན་པོ་དེས། །གཟི་འབར་མི་ཐུབ་  
དག་བཞེ་བྱིད། །ཁོར་བུ་བརྒྱས་ནས་ས་འོག་ཁྱགས། །དཔུལ་བའི་འོག་རྩ་  
ནང་ཡན་བྱས། །ཁོར་ཇི་ངམ་བོན་གྱུ་རུ་ཡིན། །ལུང་བར་ཨ་ཁང་ལྷེ་ཁ་  
བྱས། །ངམ་དམག་སྟོ་བར་སྟེང་དུ་བྱངས། །དེ་ལ་ཡེ་ཡི་རྒྱུ་བ་རི་བྱས། །ཡེ་


ངམ་འབྲུགས་གཞི་དེ་ལས་བྱུང་། །བརྒྱས་དང་མ་བརྒྱས་ཤག་མང་བཀྲེས། །  
 ཨ་ཁད་དམར་པོས་འཕྲིན་པ་བྱས། །དེ་ལྟར་ཡེ་ངམ་འབྲུགས་གཞི་དང་། །  
 ཁམས་གསུམ་སྤང་སྤྱོད་བར་ཡིན། །ཁྱེས་པོ་ཁེན་པ་རྒན་པོ་ཡིན། །ཁྱི་མོ་  
 ཁོན་མ་རྒན་མོ་ཡིན། །པ་དེ་གཙང་གཞུང་བྱུང་བ་ཡིན། །མ་དེ་གཙང་བཟའ་  
 མཚོ་སྒྲན་ཡིན། །བྱ་ཁོ་རང་གྲུ་སྒྲལ་ནག་པོ་ཡིན། །ཡང་ན་དུག་གི་སྤོང་པོ་ཡིན། །  
 ས་བདག་ཙང་ཙང་འཁོར་བ་ཡིན། །ཁྱོད་པ་ཀུན་གྱི་སྤྲ་བ་ཡིན། །གངས་གྱི་མི་  
 རྒན་མགོ་སེ་ཡིན། །ཅི་བྱེད་ཁྱོད་ལ་འདུག་མི་ཡིན། །ཁྱོད་མཁར་འདོམ་དགུ་  
 ལག་ན་བཟུང་། །སྤར་ཡང་ཡུལ་དགུ་བརྒྱག་འདྲེ་ཡིན། །ད་རུང་ཡུལ་དགུ་  
 དྲུགས་འདྲེ་ཡིན། །རིག་འཇམ་སྒྲུལ་གྱི་བགས་པ་ཡིན། །རུས་སྒྲལ་ནག་  
 པོའི་ཁོག་པ་ཡིན། །ཐབ་གཞིབ་བཙོག་དང་མྱ་ངན་ངོ་། །ཞ་གུམ་རྒྱར་པོའི་  
 སྒྲ་མདུད་ཡིན། །འདི་རང་སར་མི་བཟང་ཕྱི་སར་བཟང་། །བ་ཁོག་གསུམ་  
 དུ་བབ་པ་ན། །བཙོག་ནལ་རིམ་པ་དགུ་བཙིགས་ཡིན། །མཁོན་གྱི་རྒྱལ་  
 བ་ཁ་མེད་ཡིན། །ལྟ་ས་གསུམ་དུ་བབ་པ་ན། །སྒྲིན་མགོ་སྒྲུག་གིས་མནན་པ་  
 ཡིན། །སྒྲུག་བརྒྱལ་མྱ་ངན་སང་བ་མེད། །གནས་མལ་གསུམ་དུ་བབ་པ་ན། །  
 རྣམ་ཤེས་བར་དོར་འབྱུང་བ་ཡིན། །ཤི་བདུད་དང་ནི་མྱ་ངན་ནོ། །མཐོས་གསུམ་  
 དུ་བབ་པ་ན། །ཡར་འདྲན་མར་ལ་བྱས་པ་ཡིན། །དམའ་ས་གསུམ་དུ་བབ་  
 པ་ན། །སྤྲད་ཀྱི་གདོས་ཐག་ནག་པོ་ཡིན། །ཁྱི་ས་གསུལ་བཞིར་བབ་པ་ན། །  
 འདྲ་བཞི་མིན་ན་ཀུན་ལ་བཟང་། །འདྲ་བཞིར་འགྲིག་ན་དགའ་ངོ་ཡིན། །དེ་བཟང་

ངན་མོ་མདུད་ཀུན་ལ་འགོ། གཅིག་གི་སྤེང་དུ་སྒྲོ་བར་ན། ཁྱོད་གྱི་གཞི་མ་  
ནག་པོ་ཡིན། །དམེ་ནལ་གཉིས་ཀྱིས་བསྒྲིབས་པ་ཡིན། །ཐབ་གཞོབ་མཞོན་  
གསུམ་ལངས་པ་ཡིན། །སྤིང་དང་གྲོག་གི་ཁ་འགོག་ཡིན། །སྒྲུབ་འདྲེ་བཀར་  
ལག་ཡང་འགྲུགས་བྱ། ཅི་བཏང་ཅི་ལ་ངན་པ་ལ། །ས་བཅོས་ས་ལྟ་ས་འཛིག་  
བཟང་། །ས་བདག་ཞལ་ངོ་བསྟན་པ་ཡིན། །གཉིས་དག་རོ་བསྒྲིག་པ་མིག་  
གིས་མཐོང་། །སྒྲོ་ཐེམ་མཚམས་ཀྱི་དོན་སྒྲུབ་ན། །ཁ་ལག་བར་གྱི་འཐབ་  
མོ་ཡིན། །དོན་པར་ལ་བརྩུང་ན་རྩུར་ལ་པམ། །གཤིན་པོ་དུར་ས་མི་བདེ་  
ཡིན། །བུ་མོའི་རྩུང་དུར་བཅད་ན་བཟང་། །གསུམ་ཞ་གྲུམ་རྒྱར་གསུམ་སྒྲ་  
མདུད་ཡིན། །ཞ་འཐེང་ཅན་གྱི་མོ་ལ་བཟང་། །ཟས་ནོར་དོན་གྱི་ཁ་བཀག་  
ཡིན། །ཀྲ་འདྲེ་བཀར་ལག་ཡང་སྒྲུབས་བྱ། །ཡ་མ་ནག་པོའི་མོ་ལ་བཟང་། །  
བཞི་ལྗོང་ངས་རྒྱ་མཚོ་དགྲུགས་པ་ཡིན། །དུམ་དབལ་ཞགས་པ་བརྒྱུར་པ་  
ཡིན། །ཁྱུ་ནད་མཛེ་ཤུ་རྒྱུན་མི་འཆད། །མཛེ་པོས་བྱུང་སྒྲགས་བསྒྲུབ་ན་  
བཟང་། །ཁྱུ་ཚང་དུག་གིས་སྒྲམ་པ་ཡིན། །ཐབ་འདྲེ་གཞོབ་འདྲེ་ལངས་པ་  
ཡིན། །གཏོ་ལ་ཐབ་འདོན་ཐབ་སེལ་བྱ། །སྒྲོ་བྲག་ངན་རིགས་ཡོས་ཡོའི་  
བདུད། །ལྷ་དག་མགོ་ཁྱོད་ཀྱིས་ནོན་པ་ཡིན། །སྒྲགས་བས་ཉོམ་དུ་དག་  
པོ་སོད། ཅི་ལ་བཏང་གུང་བཟང་པ་ལ། །བྱུང་པར་ནད་གཡོག་འཛིག་ན་  
བཟང་། །བུ་སྤིང་མཛེངས་མཁར་གོར་བ་ཡིན། །དག་སྒྲ་བྱུབ་ཆིང་བྱས་ན་  
བཟང་། །དུག་སྒྲན་འཕྱོར་མོའི་མགོ་ལམ་དུན་ལོག་ཡིན། །བྱ་ངན་འཆི་མ་

གཏོང་ངོ་ཡིན། །ཡང་ན་དམེ་མཚོ་ལ་བཙོག་གི་ངོ་། །བྱི་བོ་གྲོང་རྒྱལ་བྱེད་  
 པའི་མོ། །ཁྱིས་རྒྱ་བེལ་སྤྱ་འབྱུང་དོགས་ཡོད། །མིང་གི་གཡུ་ཐུར་གདབ་  
 བ་པན། །གྲི་ཡུགས་སྒྲིད་ཐུ་བཅའ་ན་བཟང་། །ཡུགས་ས་མ་ལ་བུ་གསུམ་  
 སྒྲི། །བདུན་རི་བོང་སྒྱ་རྒྱུང་ལག་ཡབ་གྱིས། །མདོ་བ་རྟ་ཡི་དཔུང་བ་བཅག །  
 སོ་དྲག་པོ་ནད་གྱིས་ཟིན་ངོ་ཡོད། །འོག་རྟ་སྒྲི་སྤྱབ་འགག་ཉེན་ཡོད། །བྱིས་  
 སུ་འགོ་ན་ལྷག་པར་ངན། །དུམ་ལོང་ས་མཐར་འབྱུམས་བ་ཡིན། །ལག་  
 ཐོད་དག་བྱུབ་བྱས་ན་པན། །ལྷག་པར་རྟ་ཉི་བྱེད་ན་ངན། །འོ་གསུམ་བར་  
 དུ་རྟ་མི་ཉི། །ལར་སྒོ་བར་རྟ་རྩི་གད་པོ་དེ། །བརྒྱལ་གམ་ལན་གྱིས་མ་ལད་  
 ངན། །རྟ་ལ་མི་ངན་ཞེས་ཀྱང་བྲི། །སྒོ་བ་དཔོན་རྣམས་གྱི་དག་རྒྱན་ཡིན། །  
 བ་སྒྲུབ་གཏུག་ཤར་བྱེད་ན་བཟང་། །གཏམ་གྱི་རྒྱལ་ཁ་ལོན་བ་ཡིན། །བརྒྱད་  
 ལྷ་གསོལ་བྱས་པའི་ཉེན་མོ་དེར། །ལ་སྒྲུབ་ནང་མཁོན་བྱས་པས་མུང་། །  
 ལྷ་ས་མཁོན་དང་བཙོག་གིས་མཚོལ། །མཚུན་ས་ཐབ་དང་གཞོབ་གྱིས་བསྒྲིབ། །  
 སུ་ཡི་ཤ་ཐོད་མདའི་གཡག་ཐོད་དང་། །ཉིན་གྱི་ཤིང་དང་སྤྱིབ་གྱི་རྩ། །དེ་  
 རྣམས་སྒྲི་སྒྲོང་ནང་སྒྲུགས་ལ། །ཁྱེད་ཁ་མེར་བསྐྱེག་ཁྱེད་རྒྱུར་བསྒྱུར། །ཁྱི་  
 བས་སྒྲུགས་བསྒྲུ་ཀྱ་ཡིས་འདེབས། །གཏོ་དེས་པན་བར་འབྱུར་བ་ཡིན། །  
 མཛེ་དུར་འདེབས་ན་མཛེ་འཕྲོ་ཚོད། །དགུ་བདུད་ལ་བྱོལ་ཁ་ཐེབ་བ་ཡིན། །  
 དག་ཞུ་ཞུ་མཚོན་ཡུམ་མེད་དེ། །ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་ལ། །སྤྱིལ་སོ་བའི་  
 མོ་ལ་ངན། །ཡི་ངམ་མཚམས་སུ་བསྐྱབ་པ་ལག་རིང་ཆས། །སྒྲུབ་པོན་རིམ་

གྲོ་ལོག་པའི་ངོ་། །དམེ་པའི་དྲུང་ས་འདེབས་ན་བཟང་། །བརྩ་མཁའ་ལ་  
རོ་བཞེག་དྲུང་པ་འབུམ། །ལྷ་ལ་མཁོན་གྱིས་མཛོལ་བ་དང་། །མི་ནད་ལྷགས་  
གྱི་གཡང་སྟོར་ངོ་། །མནའ་མའི་སྣ་འདྲེ་ལངས་བ་ཡིན། །འགོང་པོ་བཀར་ལ་  
གཡང་སྒྱབས་བྱ། །རབས་ཆད་རྒན་པའི་དྲུང་སོ་ཡག །བརྩ་གཅིག་སོ་ལ་  
ཁའི་གཤོག་གཡབ་གྱིས། །དྲུང་ཁྱུང་དཀར་པའི་གཤོག་པ་བཅད། །བསྟེན་  
པའི་ལག་པ་ཞ་བ་ཡིན། །དབའ་བའི་ངོ་སོ་དག་ལ་ཤོར། །མཁྱོགས་པའི་  
བར་སྣ་བྲག་ལ་ཐུག །ཅི་བཏབ་ཅི་ལ་ངན་པ་ལ། །བདུད་རྩིས་ལ་ཁར་བསྒྱུར་  
ཉིན་བཟང་། །སློང་བྱུག་བཟུང་ནས་ཐུར་དྲུང་འབུམས། །མཉམ་པོར་དག་ལན་  
བྱེད་ན་བཟང་། །མགོ་འཁོར་ནད་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །བརྩ་གཉིས་དྲུང་ཁ་  
གཏོ་ཡིས་བཅད། །ཤི་བསྐྱར་བྱེད་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །དག་ཤི་གཡག་འབྲེལ་  
འདྲེ་གདོན་པམ། །ལོ་ཏྲག་བར་བའི་མོ་ལ་བཟང་། །སྒྱུར་པོ་དྲུང་པོར་བྱས་  
བ་ཡིན། །ལྷག་པར་མོ་མའི་མོ་ལ་བཟང་། །སྒྲེ་ཤིང་འཇུགས་པའི་མོ་ལ་ངན། །  
དྲུང་པོ་རྒྱར་པོར་སོང་བ་ཡིན། །ནད་པ་གཅིག་གི་མོ་ལ་ངན། །ཡེ་ངམ་མཆོམས་  
སྐར་འཛིན་ཆས། །བརྩ་གསུམ་གྱོད་མགོ་རི་བས་སྒྲི། །གྱོད་མཐའ་ཁུ་བས་  
རིང་བ་ཡིན། །མི་ཆེན་མགོ་ཡི་མདུན་ཁུ་ཡིན། །དག་བཤེས་གདུགས་ཐེག་  
མོ་ལ་ངན། །གངས་དཀར་ཁུ་ནས་འོར་དུ་ལྷུང་། །ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན་པ་  
ལ། །སྒྲེ་ཆེན་མཆོར་མོ་འདེབས་ཉིན་བཟང་། །ས་བདག་སྒྲེ་བཞིའི་མཆོར་  
ས་ཡག །ནད་པ་འཆི་ཐུག་མོ་ལ་བཟང་། །ཤི་སྐད་བསྒྲག་ཀྱང་སོས་ངོ་ཡིན། །


སྒྲིམ་པ་ཐོ་ཡི་སྒྲོག་ལྷ་ལ། །སྒྲོ་ནག་པོ་ཡིན་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །ཤ་ཐོ་ཆེན་  
 ཉལ་བ་རྩ་ལ་ཉལ། །ཡུ་མོས་ཤེའུ་རྒྱུ་རྩ་ལ་རྒྱུ་། །ཁྱི་རོན་པ་གཉིས་ཀྱིས་  
 དེ་མ་མཐོང་། །མགོ་ཡི་སྒྲོ་དཀར་ཁའི་སོ་བུད། །ལོ་བརྒྱད་རྩ་གཅིག་པར་  
 ཏུ་ལག་ཐེག་ཡིན། །རྒྱས་མགོ་སེ་ཡིན་ན་འཆི་མིག་ཡིན། །ཁྱོད་རྒྱན་ཁྲམ་པའི་  
 མོ་ལ་བཟང་། །རྩ་བའི་མགོ་ལ་གངས་དཀར་ཆགས། །དན་གྱི་རང་མཆོང་  
 ཐོན་པ་ཡིན། །སྒྲོ་བར་བུ་ལ་བརྒྱག་གཅིག་ན། །སྒྲོ་བར་ལིང་ཀུན་  
 དཀར་པོ་ཡིན། །སྒྲོ་བར་གནག་ཀྱང་བརྒྱག་ཁ་དཀར། །ཁོར་འོད་ཅན་འོང་  
 པའི་རྩེ་ལྷ་ཡིན། །འབྲུལ་ཆེན་གིང་གི་འཁོར་ལོ་ལ། །ནག་པོ་རྒྱུད་པའི་ཁ་  
 འཛུམ་བརྒྱག་ །ཞ་པོ་ཡན་ལག་བདེ་བ་ཡིན། །མི་རྒྱན་སྒྲོང་ཚུགས་ཟེན་པ་  
 ཡིན། །རྟ་རྒྱན་ཉལ་ས་བདེ་བ་ཡིན། །སྒྲོ་བྲག་ལད་པའི་རྩེ་པོ་ཡིན། །རུས་  
 སྤལ་ཁོག་པའི་ཕྱོགས་བུབ་ཡིན། །ས་བདག་རྣམས་ཀྱི་གསེར་མགོ་ཡིན། །  
 མགོ་ནག་མི་ཡི་དྲུངས་མི་ཡིན། །དག་གཞི་སྒྲོར་གསུམ་ཀུན་ལ་བཟང་། །  
 བརྒྱག་གཉིས་སྒྲོ་བར་ལང་ཐང་དཀར་མོ་ཟེར། །ཡང་ན་ཡང་རིང་གསེར་  
 མིག་བརྒྱག་ །འདི་ལ་རྩུར་དང་གསེག་བརྒྱག་གཉིས། །རུས་སྤལ་ཁོས་པའི་  
 སྒྱུན་མིག་ཡིན། །སྒྲོད་སྒྲོད་བར་གསུམ་གར་བབ་ཀྱང་། །ཤིན་ཏུ་བཟང་པའི་  
 མོ་མདུད་ཡིན། །གསུམ་བརྒྱག་འབྲུལ་ཆེན་གིང་གི་འཁོར་ལོ་བརྒྱག་ །ས་བདག་  
 ཅང་ཀུན་བྱབ་པ་ཡིན། །བཞི་ཀ་བརྒྱག་པར་གྱུར་པ་ན། །སྒྲོ་བར་རུས་སྤལ་བྱབ་  
 པ་ཟེར། །སྒྲོ་བར་འཁོར་ལོ་སྤྱིང་བཞིན། །ཕྱོགས་བཞིར་ས་བདག་རྩེ་བཞི་



བརྒྱལ། །ས་བདག་ཁྱབ་པ་དབང་ཆེན་ཡིན། །དམག་ཆེན་དྲ་མ་འདེགས་པ་  
དང་། །དག་ལ་མི་ག་ལེན་པ་དང་། །ཡུལ་གསར་འཛིན་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །  
ལུ་བརྒྱལ་འདི་ནམས་གིན་ཏུ་བཟང་། །ཤིང་རྒྱར་པོར་སྒྲིས་པ་དྲར་པོར་སོང་། །  
ཤིང་རྒྱམ་ལོ་འབྲས་རྒྱས་པ་ཡིན། །ཞ་པོ་འགོ་གེས་ལོང་བས་མཐོང་། །འོན་  
བས་ཐོས་ཤིང་རྒྱར་པོ་དྲང་། །བྱམ་པ་སོར་ཆུད་བདེ་སྦྱིད་ལྟོ། །རང་སའི་  
གནས་མལ་གར་བབ་བཟང་། །སྤྱི་སར་བབ་ན་དགྲ་ངོ་ཡིན། །མོ་སྒོ་འམ་སྒོ་  
ལ་བརྒྱལ་སོང་ན། །སྒོ་བར་ལྟག་བདུད་ཁ་ལངས་ཡིན། །འབྲུང་བ་སྦྱི་ཡི་བདུད་  
ཡིན་པས། །ཅི་བདེ་བ་ཅི་ལ་གིན་ཏུ་ངན། །ས་ཁམས་ནད་པའི་བདུད་ཆད་  
ཡིན། །བྱད་པར་སད་ཁམས་ལན་དུ་བབ། །སད་ཁམས་ཁ་འོད་གཞའ་དང་  
བལ། །མ་གཅིག་ལུ་ལྷ་སྟག་འདྲ་བ། །ལུང་བ་གསུམ་གྱི་མདོ་དེར་བརྒྱལ། །  
ལྷས་ངན་གདུག་པའི་ལུ་ཞིག་ཡིན། །མ་ལུ་གཉིས་ཀར་བརྒྱལ་རེ་ན། །སྒོ་  
ཁ་ཐབ་མཁོན་གཞོབ་གྱི་ངོ་། །གྱོད་གྱི་ངོ་ཁལ་ཁུར་བ་ཡིན། །  
སྒོ་ལ་གྲུ་གསུམ་གཅིག་འཇུག་ནས། །གྲུ་གསུམ་ནད་དུ་སྒྲུ་ལུ་འཇུག། །སྒོ་བ་  
ཡོ་ཡེ་གེས་མཆུ་རིང་ཟེར། །སྒོ་བར་རྟིང་བཤལ་ཞེས་ཀྱང་བྱ། །ལ་ལས་སྒོ་  
རྟིང་ཅེས་ཀྱང་ཟེར། །བཙོག་གཡོས་མགར་ལུ་སྒྲུ་རིང་ཡིན། །ལུས་པོ་བས་  
ཀྱང་མགོ་བོ་ཆེ། །མགོ་བོ་བས་ཀྱང་མཇུག་མ་རིང་། །མཐོང་ན་ཡི་ག་ལོག་  
པའི་གཟུགས། །བསད་པའི་སྒོ་བ་སྒྲུན་པོ་ཡིན། །སྤྱི་བ་དང་མགར་གྱི་སྒྲ་  
མདུད་ཡིན། །སྒོ་བྲག་ནད་གི་ངན་སྤེ་ཡིན། །འདི་ནི་རང་སའི་བཙན་སར་




བན། །གནས་མལ་བཅུ་གསུམ་རྒྱུད་དབྱེད་ཀྱང་། །སྒོ་བར་དག་དང་སྒོགས་  
 འདྲ་བས། །འདྲིར་ནི་མ་བཞོད་ཐྱི་ས་བཞིར། །རོ་འཛིན་འབྲུགས་ལོང་ལངས་  
 བའི་ངོ་། །ཡང་སྤྱུག་ཅིག་གི་མོ་འདེབས་ན། །གཉིས་ལ་སྒོ་བར་རྟིང་བཤལ་  
 དང་། །སྒོ་ཡི་ཁ་ཐུན་བབས་ནས་སྟ། །བཅུ་ལ་ཁྱུང་བརྒྱུད་དབྱེད་མདངས་  
 བ། །ཡུལ་ནི་ཡར་ཡུལ་སོག་ཁ་ནས། །ཁྱུང་པོ་སྟུན་དུག་གྱོད་ལས་ཐར། །  
 །ཁྱུང་ཆེན་རྒྱད་དུ་ཁ་ཏ་སོང་། །དེའི་བཅུ་ལ་ཨ་ཁད་ཅི་མ་ན། །ཁུ་འཕོར་མཆོ་  
 སྒྲར་རིང་མོ་ནས། །སྒྲ་མི་ཁི་ཐང་པོ་གྱོད་ལས་ཐར། །སྟག་མའི་རྒྱུད་དུ་ཐ་  
 མོ་སོང་། །ཡང་སྒོ་ཁ་རྒྱུའི་ལན་དུ་ཨ་ཁད་ན། །སྒྲར་ཐང་སྟག་ལ་སྒྱེད་པ་ཡིན། །  
 །ལ་ལ་སྒོ་བར་ཁ་རྒྱ་ནས། །དུག་ལ་ཨ་ཁད་ཅི་མ་ན། །སྒྲར་ཐང་སྟུན་མའི་  
 ཆང་སྒོ་ནས། །རིས་བཀྲ་སྟག་གི་སྟུག་ཁྱེད་ཀྱང་། །དེའི་དུག་ལ་སྒོ་ཆེ་མདུད་ཐུ་  
 བ། །སྟག་ཆང་སྒོ་ནས་ཏ་སྟུག་ཆང་། །རུལ་བའི་ནང་ནས་བདུད་ཅི་རྟེད། །  
 །དེ་ཡི་སྒོ་ལ་བརྒྱག་སོང་ན། །རྟིང་བཤལ་བན་དགྲ་དུག་བཅུ་བརྒྱག་ །ཡང་  
 བ་དབྱེན་པ་ཐིག་དམར་ཟེར། །འདྲི་ཡང་བཙོག་གཞིས་རྒྱལ་པོ་ཡིན། །ཅི་  
 ལ་བཏབ་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་དན། །སྟག་སུམ་ཐུ་ལ་བརྒྱག་སོང་ན། །རྟིང་བཤལ་  
 སེང་སྟག་ཁ་མོ་ཟེར། །དུང་གི་སྟུམ་པས་འགོར་གཟུང་བསྐྱམས། །དགྲའི་  
 མཁར་སྒོ་གཏོར་བའི་ཐེར་མ་ཡིན། །མཁར་ལ་སྒོ་བརྒྱུད་བྱེད་ཉིན་བཟང་། །  
 །རང་ལ་ལྷགས་མཁར་འཇུད་མི་ཡིན། །རང་སའི་སྒྲོད་དང་བཙན་སར་བབས། །  
 །དགྲ་གཞི་དུར་གསུམ་ཀུན་ལ་བཟང་། །ཐུ་ལ་བརྒྱག་གཉིས་སོང་བ་ན། །

སྒྲོབ་ཡོ་རག་ཆ་རྒྱུ་གི་བྱ། །ལྷགས་ཁབ་བཅན་པོ་སྐྱེ་ལ་མནའ། །དྲུང་མོག་  
གཟིང་རིང་དབུ་ལ་མནའ། །ཡང་རིང་དར་གྱི་རྒྱལ་མཚན་བཅུགས། །སྒྲོབ་  
པོ་ལེན་ལོ་རྒྱལ་ལོ་ཟེར། །ཤེར་མ་སྒྲེ་འཛིན་དཔའ་པོ་ཡིན། །བང་མཛོད་  
འབྱེད་པའི་ཤེར་མ་ཡིན། །རང་སའི་གནས་མལ་རྣམས་སྟུག་ཅེས། །ལུ་ལ་  
བརྒྱག་གསུམ་བཅས་པ་ན། །སྒྲོབ་ཡོ་འབྱུག་ཆ་རྒྱུ་གི་བྱ། །སྒྲ་བརྟན་ཤོ་རྩའི་  
མི་པོ་ལ། །དྲུང་ཁབ་ཤོ་ལོ་སྐྱེ་ལ་མནའ། །རིན་ཆེན་སྐྱེ་ཆོགས་སྟོད་གཡོགས་  
བཅུགས། །ལུ་མཛོད་གུམ་པའི་ཤམ་ཐབས་ལ། །མ་མ་བྱེད་གྱི་ཡང་ཤམ་  
བཅུགས། །མཚོན་ཆ་སྐྱ་དགུ་ལུས་ལ་བརྒྱན། །དཔའ་པོ་གཡུལ་ཁྱགས་ཤེར་  
མ་ཡིན། །མཚན་ཡང་ཤེར་མ་བྱད་འདུལ་ཞེས། །བྱད་ཁ་བརྒྱུག་པའི་སྒྲོབས་  
ཆེན་ཡིན། །རང་གི་བཅན་ས་རྣམས་སྟུག་ཅེས། །~~སྒྲོབ་ཡོ་ལྷགས་སུ་གཟིགས་~~  
གཟིགས་དང་ནི། །སྐྱ་སྐྱ་གཟིགས་གིས་སོ་སོར་འདུས། །སྒྲོ་ཁ་ལུར་ཞེས་སྟུགས་  
པ་སྟེ། །སྒྲོ་བར་སྒྲོ་མ་ལག་འཐེང་ཟེར། །སྒྲོ་ཁྱོད་ལུ་ལག་ཆག་ཅེས་བྱུང་བྱ། །  
བྱ་སྟོང་སྟོད་པའི་འཐེན་ཐག་ཡིན། །བྲ་ནག་རྟོད་པའི་སྐར་པ་ཡིན། །མདོ་  
བརྟ་ཡི་རྟོད་སྐར་ཡིན། །སྐར་པ་དར་གྱི་ཅོད་པན་ཅན། །མཐུ་དང་བྱད་ཁའི་  
དོ་ཡང་ཡིན། །མི་རྟ་ཀུན་གྱི་བྲག་ནག་ཡིན། །རང་སར་མི་དབང་བྱིས་ར་དབང་།  
བྱིས་ར་ལན་གཟིགས་དུས་སྟུབ་པ། །ལྷ་དོགས་ལ་ལ་མི་དོབ་ཇིད། །རྫོ་མཚོན་དག་  
ལ་དག་ལས་རྒྱལ། །གསེར་དབུལ་སྐྱ་དང་ཡིག་ཆ་ཐོབ། །སྐྱ་ནག་ཟངས་ནག་  
སྟུད་ནག་དང་། །རྟ་བྲ་ནག་ཁ་མཚུལ་སེར་བ་ཐོབ། །རྟ་དེ་མོ་མའི་མོ་ཡོན་

དགོས། འོན་ཀྱང་རྟ་མོ་སོགས་ལ་ནི། བྱི་སར་བབ་ན་རྟ་སྟོར་དོ། གཅིག་གི་སྟེང་དུ་ཁ་བྱར་འདི། བྱ་ནི་མདའ་ཡིས་བསད་པའི་དོ། གཉིས་ལ་བྱ་མོ་འཕང་གིས་གསོད། གསུམ་ལ་ཚ་བོ་མེ་གིར་འཆི། བཞི་ལ་མནའ་མ་ཐོག་གིས་བསད། ལྷ་ལ་དག་ཡི་སྒྲ་རི་ཉིལ། འུག་ལ་རྒྱུང་མ་འགག་གིར་འཆི། བདུན་ལ་བྱ་རྟ་མདུང་ཁར་འཆི། བརྒྱད་ལ་རྒྱ་བ་གཟའ་ཡིས་ཐིག། དགུ་རམ་གྱི་ཐང་གིང་མགོ་རྩམ་འགྲེལ། བརྩལ་རྩེ་གི་འབངས་ལུས་ཡིན། བརྩལ་གཅིག་བདག་པོ་གི་ནས་དཔལ་མཁར་སྟོར། བརྩལ་གཉིས་དག་མཁར་ཐོག་གིས་བཞིག། བརྩལ་གསུམ་དབག་བསམ་རྩེ་མོ་ཐོག་གིས་བཅད། དེ་ཡི་བྱ་ལ་བརྒྱག་གཅིག་ན། སྒོ་ཁ་བྱར་གཟུང་གོད་རར་མ་བརྒྱག། གཞོང་གིས་ལྷགས་གཅོད་མོ་མཐུད་ཡིན། རང་ས་གར་བབ་དག་གཞིར་བཟང། བྱི་སར་ཤོར་ན་རྟ་ལ་ངན། བརྒྱག་གཉིས་ཁ་བྱར་རྟ་མོ་རི་བཟང་ཟེར། ཤིན་ཏུ་བཅོན་བས་རང་སར་བཟང། བྱ་ལ་བརྒྱག་གསུམ་བྱུང་བ་ན། ཁ་བྱར་རྟ་མེད་དོམ་གསུམ་ཁྲོས། རྟ་ལྟ་བུ་ལ་རྟ་ལ་འཕུ་བུམ། རྟ་ལ་པ་རམ་ནས་དག་བགོགས་འདུལ། རྟ་མོ་རམ་ནས་མི་ག་ཡོན། དམག་དཔོན་རམ་ནས་རྒྱས་ཆེན་ཡོན། རམ་ཆེན་བྲག་གི་ཐེང་མ་ཡིན། དམག་ཆེན་གཡལ་ཆེན་སྤྱད་དུས་དེར། རང་སའི་བཅོན་སར་སྟོད་དུ་གཅིས། སྒོ་བརྒྱག་རྟ་ལ་པ་དམ་ཉམས་རྟ་དང་མཁོན། མཐུ་པར་བྲས་རྒྱུར་ལ་ལྷོག་དོ་ཡིན། རང་སྒོག་རང་གིས་བཅད་པས་ངན།  ཁ་བྱར་དེ་ཡི་བྱ་

གུ་ཡིས། བྱ་གསུམ་ལ་ཡང་འཇུག་པ་ན། སློབ་པ་ཁ་སྐྱོན་ལང་ཅེ་ཟེར། །  
 སློབ་བརྒྱུ་ཁ་སྐྱོན་གྲང་དམར་ཡིན། །འདི་གཉིས་ཅི་བཏབ་ཀུན་ལ་ངན། །  
 སུ་བརྒྱུ་གཟིག་ཅེ་སྤར་ཟུང་ཟེར། །ཡང་དག་དམག་གི་སྤར་མ་ཡིན། །  
 སློབ་པ་སྤྱུ་གཟིག་འཇུག་ནས། །དེ་ནར་གྲུ་གསུམ་བསྐྱོན་པ་ནི། །  
 སློབ་པ་དོམ་སུ་དོང་ཐག་ཡིན། །ཡང་ན་སློབ་པ་ལག་བཤལ་ཟེར། སློབ་པ་རྒྱ་  
 བྱ་པོ་ཞེས་ཀྱང་བྱ། །བཙོན་དང་བཙོན་རྩི་དུས་གཟིག་ལ། །གཉིས་ཀ་འཆི་  
 བའི་བྲག་ཡིན་ནོ། །ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན་པ་ཡིན། །སྤྱག་པར་སློབ་བརྒྱུ་སྤྱང་  
 བ་ངན། བྱ་གསུམ་དེ་ལ་བརྒྱུ་གཟིག་ན། སློབ་པ་སྤྱུ་གཟིག་པམ་འབར་མ་  
 བརྒྱུ། །བཤོག་བཙན་བྱིས་གར་ཡང་བཟང་། །སྤྱག་པར་སྤྱང་བྱ་གཞི་སྤྱང་  
 བཟང་། །སྤྱག་པར་ཅན་གཟིག་རྒྱུན་མི་འཆད། །གལ་ཏེ་བྱ་གསུམ་གསུམ་  
 ཀ་བརྒྱུ། རྒྱལ་པོ་ལ་ཐོད་ཉི་མ་བརྒྱུ། སྤྱིད་དག་འཇུག་ལངས་ཉི་མ་ཤར། །  
 བརྒྱུ་གི་རྒྱུ་མིག་རང་དོལ་ཡིན། །སྤྱིད་གསུམ་དམག་གི་མོ་ལ་བཟང་། །  
 བྱི་སར་བྲག་དང་གཙོད་སྤར་ན། རྒྱལ་སུ་བསད་ནས་ཟུར་སྤྱང་ཐོབ། །དེ་  
 ཡི་སློབ་དེ་ཏྱང་གྱུར་ན། །ཏྱང་གི་ལག་བཤལ་ཞེས་སུ་བྱ། སློབ་པ་སྤྱིད་པོ་ལག་བཤལ་  
 སྤྱིད་གསུམ་པོ། སློབ་པ་མི་བཙོན་བྱས་པ་དང་། སྤྱིད་པོ་མི་ཉོ་འཇུག་པས་  
 ངན།  སློབ་པ་སུ་ལས་གཟིག་ཡར་ན། སློབ་པ་ཞེས་སུ་གྲགས་པ་  
 སྤྱི། སློབ་པ་བང་བ་མིག་དམར་འདི། སློབ་པ་སངས་ཀྱི་ཅང་སེ་ཡིན། །  
 ཅང་སེའི་གནང་སུ་རྒྱང་ཟན་ཡིན། སྤྱི་ཞིབ་བྲག་གི་ཁ་འཇུག་ཡིན། །ཟུང་

པ་གསུམ་གྱི་ནད་བཅུད་ཡིན། །འཐོར་བ་ཁྲ་མོའི་གསོས་སངས་ཡིན། །སྒྲོ་བྲག་  
 ཁྲ་མོའི་སྒྲོན་མེ་ཡིན། །བདག་ས་པ་ཁྲ་མོའི་ཐོག་བྲུ་ཡིན། །སྒྲུ་ཞིབ་ཁྲ་མོའི་  
 ཁ་ཞག་ཡིན། །ལྷག་པ་ཁྲ་མོའི་ཁ་འབྱེད་ཡིན། །ཞར་པ་ཁྲ་མོའི་སྒྲུ་ཞིབ་ཡིན། །  
 ལོང་པ་ཁྲ་མོའི་མིག་མཐོང་ཡིན། །ཞ་པ་ཁྲ་མོའི་མ་ཁར་བ་ཡིན། །འདུན་གྲོས་  
 ཁྲ་མོའི་གྲོས་རི་ཡིན། །རུས་པ་ཁྲ་མོའི་སྒྲོག་འཛེར་ཡིན། །ལྟ་པ་ཁྲ་མོའི་འཁྲིས་  
 རི་ཡིན། །ཅ་མདུད་ཁྲ་མོའི་མདུད་གྲོལ་ཡིན། །མི་ཁ་ཁྲ་མོར་བསྐྱང་མི་ཡིན། །  
 བད་ཁྲ་མོ་རྣམས་ཀྱི་གསོས་སྒྲན་ཡིན། །མི་རྒྱལ་ཁྲ་མོ་སྒྲེལ་མི་ཡིན། །ཁྲ་  
 མོ་རྣམས་ཀྱི་ཁ་འཛིན་ཡིན། །ཁྲ་མོ་གསལ་བའི་ཡང་སྒྲིང་ཡིན། །སྒྲོ་བར་  
 གྱོད་རྩོ་རུས་ངན་དེའི། །གྱོད་དང་ངན་རིགས་སངས་པའི་ཕྱིར། །བཟང་སྒྲེ་  
 སངས་ཀྱི་ཅུ་བ་ཡིན། །ཁ་གསལ་མིག་རྣོན་ཅང་སེ་ཡིན། །~~ཁྲ་མོ་~~སྒྲོ་སང་  
 བྲུ་ལ་བརྒྱག་གཅིག་ན། །མིང་པོ་ཅང་སེ་དཀར་པོ་ཟེར། །སངས་སྐྱང་བྲུ་  
 རྣམས་ཀྱི་སྒྱུན་མིག་བརྒྱག་ །སྐྱང་བྲུའི་ལུས་ལ་གཤོག་དུག་རྒྱས། །སྐྱང་མས་  
 སྐྱང་ཅི་སོག་པའི་རོ། །ཇག་པ་རྟ་དང་འཕྱད་རོ་ཡིན། །ཆོང་པ་ཁེ་ཁ་ལོན་  
 རོ་ཡིན། །འཕྲོག་པའི་པེའུ་ལུག་འཕེལ་རོ་ཡིན། །ཕྱང་པོའི་བུ་ཆ་ཆར་རོ་ཡིན། །  
 དག་གཞི་དུར་གསུམ་ཀུན་ལ་བཟང་། །དེ་ལ་བརྒྱག་གཅིས་སོང་བ་ན། །ཅང་  
 སེ་འཕྲོན་པ་སྒྲགས་བྲུབ་ཡིན། །སངས་སྐྱང་བྲུ་འདྲ་བ་སུམ་བརྒྱ་དུག་ཅུ་ལ། །  
 མིག་ལ་རྣོན་པ་འདི་ལས་མེད། །ཅང་སེ་མི་ལུས་སྐྱང་བྲུའི་མགོ། །ཅང་སེ་བོང་གཞུང་  
 སྒྲག་རིས་ཡིན། །བརྒྱེ་རྣམས་ཀྱི་ཆོས་སྐྱོང་ཡིན། །པོན་པོ་རྣམས་ཀྱི་པོན་སྐྱོང་

ཡིན། །སྒྲེ་བོ་རྣམས་ཀྱི་ཅང་སེ་ཡིན། །ཁུ་ཚ་ཚུང་བའི་ལེ་གུ་ཡིན། །མོ་བཅུན་  
 རྣམས་ཀྱི་མཛེས་ལྟ་ཡིན། །དམག་དག་གཉིས་ལ་སྟོང་དུ་གཅེས། །གཞི་ལྷ་བ་  
 ཁོག་གསུམ་དུ་གཅེས། །ཀུན་ལ་བྱིས་པ་ཤོར་མི་རུང་། །ཤོར་ན་སྤང་མས་སྤང་  
 ཅི་ཤོར། ། སྤྲོ་སང་སྤྲོ་ལ་བརྒྱག་སོང་ན། །སང་ཁར་སྤང་མའི་འགག་  
 ཐག་ཡིན། །སངས་ཐུན་ཅམ་གྱིས་ལན་ལ་ངན། །སྤང་མ་སྤྱག་པའི་རོ་གསུར་  
 གྱིས། །འབུ་སྤང་ཆོག་ས་ཀྱི་སྤྱག་གཅོད་ཡིན། །དེ་ལྟར་སྤྲོ་ཡིས་ལྟག་མ་རྣམས། །  
 སྤྲོ་བྲག་དང་ནི་སྤྲོ་སངས་ཀྱི། །ཅུ་བར་གཏོགས་ཕྱིར་སྤྲོ་བར་ལ། །རྣམ་གངས་  
 གཅིག་ལས་མ་གསུངས་ཀྱང་། །སྤྲོ་བྲག་ལྟག་མ་བྱིས་འཆད་ལ། །འདི་ལྟ་  
 དཔོས་པའི་དབང་གིས་ནི། །སྤྲོ་བར་སྤྲོ་ཆོན་དག་དུ་བཤད། །སྤྲོ་སང་སྤྱགས་  
 ཀྱང་དེ་ལྟར་ཤེས། །སྤྲོ་བར་ལ་དབྱེ་བ་དུ་ཡོད་པ། །ཁྱོད་ལ་དེ་བཞིན་ཡོད་  
 པ་ཡིན། །དེ་ནས་སྤྲོ་བར་ལན་དབྱད་ལ། །སྤྲོ་བར་ལན་དུ་དིང་དིང་ན། །ལྷ་  
 ལྷམ་ཀུ་མཆོ་ཀུས་པ་ཡིན། །སྤྲོ་ནིང་གྱོད་སྤྲོ་རྩོད་ཡིས་བརྒྱད། །གལ་བར་  
 ཡེ་རྗེས་ངམ་ཡུལ་ཟིན། །བྱ་ཡུན་གྱོད་མཐའ་གཉེན་དུ་སོང། །བྱ་བུར་བྱེའུ་  
 ཆོད་གཤོག་རྒྱས། །ལུ་སངས་ལ་ལྟ་སྤྱག་འཁྱུངས། །སྤྲོ་ཆོ་ངམ་ལ་ལྟ་མདའ་  
 ཐེབ། །སྤྲོ་ཆོ་མི་ནད་སྤྱག་ནད་ཆད། །སྤྲོ་བར་ལན་དུ་སྤྲོ་ཆོ་བཟང་། །དུག་  
 ཀྱང་བདུད་ཅིར་འགྱུར་བ་ཡིན། །ཅང་སེ་མདུན་ལུ་ལུང་པ་ཡིན། །དལ་ཐག་  
 ངམ་གྱི་སྤྲོང་ཀན་གོག་པོ་ལ། །ཡལ་ག་བརྒྱ་དང་བརྒྱད་ཅུ་འཁྱུངས། །སྤྲོར་  
 དཀར་དུག་གིང་ས་འོག་བཅུག །ཆོ་ལ་ཆོ་དུག་གིང་སྤྲོ་གིང་རེད། །ལྱང་

བརྒྱུར་བྱུང་ཆེན་སྒྲིང་ལས་ཐར། །ཨ་ཁད་ལྷ་ཡིས་ངམ་ལ་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ། །  
 རང་སྟན་ལྷ་ཡི་གཡལ་སོ་རྒྱལ། །སྤང་ཐེ་དུག་ལ་སྟན་ལོ་སྒྲེས། །བྱོད་བྱར་  
 གཡའ་སྤང་བྱོད་ལས་ཐར། །ལྷི་བྱར་ངམ་གྱི་གྲིབ་ཤིང་ཆག །ཡར་ལྷིང་སོ་  
 ལྷ་རྟ་སྒྲིང་འཕྱད། །སྤང་མཉམ་བྱོད་ལ་ཤག་ལམ་འབྱེད། །ཅེ་ར་དུག་ཤིང་སྟ་  
 རེས་བཅད། །གཡུང་དྲུང་བྱོད་གཏམ་ཆོས་སྤྲོ་སོང། །ཁྱེ་བ་ལུང་གི་རི་ཡིས་  
 མཐན། །ད་རོག་ཤིང་སྒྲམ་རྒྱལ་སྤྲོད། །དུང་དབལ་བྱོད་འདྲེ་གཏོ་ཡིས་  
 ཐུབ། །སྒྲམ་སྒྲོན་གོག་སྒྲམ་རྒྱལ་མིག་དོལ། །བྱ་རལ་བྱོད་ཀྱི་སྒྲོ་མོ་བྲེས། །ཡི་  
 ཡན་བྱོད་དོ་རྒྱུང་གིས་བསྒྲལ། །ཡར་ལྷིང་སོ་ལྷ་རྟ་སྒྲིང་བལ། །སྒྲོ་བར་བྱོ་ལན་  
 བྱོད་ཀྱིས་དྲངས། །སྒྲོ་བ་ཡོས་པ་གཅིག་ལ་ངན། །ས་སྒྲིན་མིག་དམར་ལངས་  
 བ་ཡིན། །སོ་ཡོན་གནམ་མཐའ་ཟངས་ཀྱི་ཆན་པོ་དང། །ས་མཐའ་ལྷགས་  
 ཀྱི་ཆན་མོ་གཉིས། །གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་ཡུས་བདེ་བྱེད། །མི་ཆན་ཆོན་  
 མིན་པ་མི་ལུས་སོ། །རུ་སོད་བདུད་གཡག་རུ་ཅེ་བདར། །མ་ཟེ་རྒྱུང་གི་  
 རུང་མར་ཆས། །ན་འབན་བྱོད་འདྲེ་བྱོད་སྤི་ལངས། །སངས་རིགས་དྲངས་  
 མ་བབ་པ་ན། །སྒྲོ་བར་ཁ་འབྱོད་སང་བ་ཡིན། །བྲག་ནག་རྩྱང་རིགས་གང་  
 བབ་ཀྱང། །བྱོད་དངན་ཆ་ཁོང་བ་ཡིན། །སེ་སྒྲོད་དུག་ཐག་མཆོམོ་འབྲེལ། །  
 བང་འབྲུག་དང་ནི་བྱོད་ཀྱི་དོ། །བྱོད་མཐའ་རྒྱལ་སྤང་རིང་བ་ཡིན། །ཡར་སྒྲོ་  
 བར་ཐབ་དང་བྱོད་དོ་འདྲི། །བརྒྱུར་གཏོ་རྟེན་འབྲེལ་བྱ་བ་ནི། །སྤལ་བ་འི་  
 གཟུགས་ལ་མགར་བབ་སྒྲོན། །དག་ཕྱོགས་འཕང་ལ་མགར་ཆོས་བྲལ། །

ཏྲ་ཐོད་རྒྱུས་ཏྲ་སེལ་བྱ། །~~མེད་~~ཐིག་ལུ་འབྲེལ་བར་སོས་བཀུག་པ། །  
སོ་ཡོན་ནག་མོ་བྱ་བ་ཡིན། །སྡོན་མེད་ཁམས་སྡོད་པའི་རིང་ལ་བབས། །ལ་  
ནི་མུན་པ་སྡོད་ཐུབ་ཡིན། །མ་ནི་སྡོད་མེད་ཐུར་བརྒྱག་ཡིན། །འཁོ་ལོ་རང་མུན་  
པ་ཟེར་ལྟན་ཡིན། །ཞང་ཞོང་ཐུག་པས་མིང་བཏགས་པ། །སོལ་བྱ་རོག་མོ་  
ཤ་ཟན་ཟེར། །བར་བས་ངམ་གྱི་གི་མོ་ཁུ་ཡུར་ཟེར། །སྡོ་བས་ཁུ་སྒར་ནག་  
མོ་བྱ་འདབ་ཟེར། །ཡང་དག་ག་ཤེན་གྱིས་མིང་བཏགས་པ། །སོ་ཡོན་མུན་  
པ་དགུ་གླིང་ཟེར། །སྡོན་ཡེ་ངམ་མ་འཆོམས་ཚུད་གཞི་བྱུང་། །ངམ་རྗེས་ངམ་  
བྱ་ཉལ་མར་བཏང་། །ངམ་གྱི་བྱ་རྗེ་རོ་འཛིགས་དེས། །སོལ་ཁྲ་རོག་པོ་གོགས་  
སྒྲིབ། །ཡེ་ཡི་ཡུལ་དུ་སོང་བ་ན། །ཡེ་ཡི་སོ་བ་དུང་ཁྲུང་འཕྱད། །སོལ་  
ཁས་དུང་ཁྲུང་འདོད་པས་བསྐྱས། །ངམ་ཉར་བྱི་ཐོད་མཁར་ནང་བྱིད། །དུང་  
ཁྲུང་མགོ་ཡི་ནོར་བུ་སྒྲངས། །སོལ་ཁྲ་རང་གི་གཙུག་རྒྱན་བྱས། །མི་གཙང་  
ཟས་དང་གོས་གིབ་གྱིས། །དུང་ཁྲུང་ཡེ་ཁམས་བརྗེད་པར་བྱས། །དེ་ཆོང་མ་  
གྱི་བྱ་འཛིགས་དེས། །བཏུས་ན་རྒྱང་གསལ་བཙོ་བརྒྱད་ཚུན། །ཡུངས་དགར་  
འགྲུལ་བ་དག་ཀྱང་མཐོང་། །ཐོས་ན་རི་རབ་སྟོ་རུ་མིད། །ཉན་ན་རི་དགུའི་  
པག་ནས་ཆོར། །བདས་ན་སྡི་སེར་རྒྱང་ཡང་ཟིན། །མིག་ནི་ཉི་ཁྲའི་མདངས་  
ལས་ཆེ། །ག་ཤོག་པ་ནམ་མཁའི་ཁ་ཁེབ་བྱས། །སྡེར་བཞི་དབང་ཆེན་སྟོ་  
བར་མནན། །ཡེ་ངམ་མཆོམས་སྒྲ་སོ་བ་བྱས། །སྡོན་པས་ངམ་ལ་གྲགས་  
མ་རྟེན། །ལྟ་རྒྱལ་འདུས་ནས་གོས་བྱས་པས། །ལ་ལང་མང་སྒྲིས་སྟོ་བྱན་




པ། །བྲེ་སེར་འཁྲོང་གི་རུ་བྱར་དང་། །དཔའ་བོ་སྟག་གི་གམ་ཐམས་དང་། །  
 ཀ་ལ་པིང་ཀའི་སྒྲུ་དབྱངས་དང་། །གཏུམ་པོ་དོམ་གྱི་བྱང་ཞོལ་དང་། །ཁོར་  
 སྒྱུང་བྱི་ཡི་ར་ལྷགས་དང་། །གཏུག་པ་སྒྱུལ་གྱི་དུག་མདའ་དང་། །ཞེ་སྤང་  
 མགར་བའི་སྒླམ་པ་སོགས། །མ་ཚད་མེད་པའི་སྟོག་ཆགས་ཞིག །བཏང་སྟེ་  
 བྱ་འཛིགས་བསྐྱེད་སྒྲོལ། །དེ་ལ་གྲོས་འཆོམས་བྱང་བ་བཏང་། །བྲེ་ཐི་བག་  
 སྒྱུར་བྱང་མ་ཡིན། །དེ་ཉིད་བྱ་འཛིགས་ཡོད་པ་ཡི། །ནམ་མཁའི་མཐོང་ནས་  
 བསྒྲོར་ཞིང་གྲགས། །སྒྲིང་སྟན་པས་དེ་ལ་བལྟས་པའི་ཆོ། །མར་མར་དབྱལ་  
 བའི་ཐད་དུ་ཉེ། །བྱ་འཛིགས་མཚར་ཞིང་དེ་ལ་བལྟས། །ལན་གཅིག་བྱང་  
 བའི་དུག་མདའ་ཡིས། །བྱ་འཛིགས་མིག་དེར་བཅར་བར་བྱས། །དེ་ནས་  
 བ་ཐང་མང་སྒྲེ་དེས། །ངམ་ཡུལ་མཁར་ནང་དུང་བྱང་ལ། །སོལ་བྲས་ལྟོ་སྒྲུལ་  
 བསྒྱུལ་རྒྱུ་ལྟ། །འབྲང་ནས་ག་བུ་བསྐྱེད་ཀྱུར་ནས། །སོལ་བྲས་ལྟོ་རྒྱུར་  
 བྱང་ལ། །ཡེ་ཡི་ལོ་རྒྱུས་ཐམས་ཅད་བཤད། །ད་རུང་གསལ་པོར་མ་བྱན་གྱང་།  
 ཡིད་མི་ཆེས་ནོར་བུར་ལྟོས་དང་བྱས། །མགོ་ལ་ཉུལ་བས་ནོར་བུ་མེད། །དེ་  
 བས་དུང་བྱང་ཞེ་ལོག་ནས། །གྲིབ་ཟས་སྒྱུགས་པས་ཡེ་ཡུལ་བྱན། །ང་ནི་ཅི་  
 བྱ་གྲོས་བྱས་པས། །སོལ་བྲའི་ནོར་བུ་འཕྲོག་པར་ཆད། །སོལ་བྲའི་ནོར་  
 བུ་འཕྲོག་ནས་འཕུར། །པ་ཐང་ཉིད་གྱང་དེ་རྒྱུ་འབྲངས། །སོལ་བྲ་རྒྱུ་  
 གཅོད་ར་མདའ་འོང། །ཡེ་ངམ་མཚོམས་སུ་སྒྲེབ་པའི་ཆོ། །ཡེ་ཡི་དམག་གིས་  
 སོལ་བྲ་བཟུང་། །སྤར་དུང་བྱང་ཉིད་དང་བསྐྱེདས་པ་ཡི། །བྲེ་ཐི་རྒྱང་སྤར་

དུང་རྟོན་ཡིན། །དེ་ཆོ་སྒོན་པའི་དུང་ཁུང་གིས། །སོལ་ཁ་ཁུང་མར་བྱས་པའི་  
ཕྱིར། །སོལ་ཁ་གསོད་དུ་མ་བཅུག་ཀྱང་། །དམག་གིས་སྤྱོད་མས་བདོག་གུར་  
པ། །དེའི་རིགས་རྒྱད་རིམ་པར་བྱང་བའི། །ད་ལྟའི་བྱ་མ་བྱེའུ་འདི་ཡིན། །  
དེ་དུས་སོལ་ཁ་རྒྱ་མོ་དེའི། །སྤྱི་སོ་ཡོན་ནག་མོ་ཡིན། །བསྐྱལ་པ་དེ་ཡི་  
མོ་མདུད་ཡིན། །ཁྱིད་པ་དེ་ཡི་གཏན་ཆོག་མ་ཡིན། །འདི་མེད་ཁམས་སྟོང་  
པའི་གཞི་མ་ཡིན། །མཚོན་ཆ་བརྟུང་པའི་མགར་བ་ཡིན། །དགོ་སྒྲིག་གཉིས་  
ཀྱིས་བོན་ཡིན། །ངན་དགུ་འདུས་པའི་རྩ་བ་ཡིན། །ནག་པོ་དུག་གི་མཚོ་  
མོ་ཡིན། །མུ་ངན་སྤྱུག་གི་མཆི་མ་ཡིན། །སྤེར་མ་རྣམས་ཀྱི་གྲོལ་ས་ཡིན། །  
རབས་ཆད་ཐུན་རྩོལ་པོ་ཡིན། །འདི་གཅིག་གིས་སྟེང་དུ་བབས་པ་ན། །  
སྟོང་མེད་གཞི་མ་བསྐྱང་མི་ཡིན། །ཡོད་པ་མེད་པར་སོང་བ་ཡིན། །ལས་བྱ་  
ཉིས་མགོ་ལ་འདུས་པ་ཡིན། །ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན་པ་ལ། །ཡུལ་མཁར་  
འཛོན་ན་ལྷག་པར་ངན། །ཉི་མ་ཉིན་གཅིག་བཟང་བ་ཡོད། །གཡང་མོ་ལྷག་  
ཁུ་དེད་ཉིན་བཟང་། །མར་སྟེད་མགོ་ཡི་ཤ་ཁྲག་ཡིན། །གཡང་མོ་ལྷག་གི་  
ལྷས་མཐའ་ཡིན། །ཤ་བ་ཡུམ་བདའ་ན་བཟང་། །ཤ་མ་ཁྲག་ས་ཁྱིལ་བཀལ་  
ངོ་ཡིན། །གཉིས་ས་སྒོ་ཐུན་པས་བཀག་པ་ཡིན། །ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན་པ་  
ལ། །ལྷག་པར་གཉིན་ཁ་བྱེད་ན་ངན། །སྤྱང་ཆོང་ནང་ནས་གྲོག་མ་འཁྱུལ།  
གཤིན་པོ་དུར་ནས་མི་བདེ་ངོ། །མགོན་པོ་ཆོང་པ་དག་ལ་ངན། །དག་ཕྱ་  
དག་ལ་འདེབས་ན་བཟང་། །ཁྱིམ་མཚོས་སུ་མོ་སྤྱུག་ལ་ཁྱིད་ན་བཟང་། །

སྤྲུལ་གྲུང་མི་གོ་མི་ཆོར་ཡིན། །གསུམ་ཆུང་གསུམ་ཅེ་ར་བདུད་གྱིས་འཕྲོག།  
 ལུ་པོ་ཤི་ནས་སྤྲོ་པོ་བསྐྱུག། ཆུང་སྤི་ཅན་གྱི་ཆོ་ལ་ངན། ཆུང་སྤི་མནན་པ་བྱེད་  
 ན་བཟང་། ཆུང་སྤི་མུན་དོང་བཅུག་དེ་ཡིན། །བཞི་རྒྱ་མཆོ་སྤྱི་ཡི་ཕོ་བྲང་ཞིག།  
 སྤྱི་སྤྲུལ་དུག་གི་ནད་གྱིས་ཟིན། །ཀྱུན་གྲུང་མཛེ་ནད་ཅན་ལ་ངན། །སྤྱི་གདོལ་  
 བར་གཏང་ཆེན་རྒྱག་ན་བཟང་། །ལུ་བྱ་སྤིང་མག་པའི་ས་ལ་ངན། །གཅིག་  
 རོ་གཅིག་ལ་བཀལ་བ་ཡིན། །རྒྱག་པ་དག་ལ་རྒྱག་ན་བཟང་། །བྱི་ས་དར་  
 ལས་འཇམ་པ་ཡིན། །སྤྲུལ་སྤྲུལ་དག་དོ་མནན་ན་བཟང་། །དུག་དཔོན་  
 མོ་ཤི་ནས་གཡོག་མོ་སྤྲངས། །བྱིས་སྤྱད་བསགས་པ་འཕྲོར་དེ་ཡིན། །ཅི་ལ་  
 བཏབ་གྲུང་ངན་པ་ལ། །ནག་མོ་སྤྲུང་འདོན་བྱེད་ན་བཟང་། །བདུན་ཤེས་  
 བཞི་རྒྱུ་གསལ་ནས་སྤྱུག་པ་ཡིན། །པ་སྤྲུལ་མི་རབས་ཆད་པ་ཡིན། །པ་སྤྲུལ་  
 ནང་འབྲུགས་བྱེད་ན་བཟང་། །བརྒྱད་སྤྱི་བདུད་གྱི་སྤྲུལ་པ་དེས། །ཕོ་  
 ལྷའི་གནས་མལ་གཡོག་པ་ཡིན། །ཕོ་བརྒྱ་གྲོས་བྱས་བསམ་སྒྲོ་སྤྱུག་ །ཅི་  
 ལ་བཏབ་གྲུང་ངན་པ་ལ། །ཕོ་སྒྲོ་ཉེས་བྱུང་ཟིན་མོ་ལ་བཟང་། །དགུ་གཤེན་  
 རབ་སྤྲུལ་མོ་ཕེུ་རྒྱུང་དེ། །བདུད་རྒྱུང་ནག་འཕྲུབ་མས་ཁྱེར་བ་ཡིན། །པོན་  
 པོའི་སྤྱི་རྒྱུད་དཔེ་ཡིས་བསྐྱིབས། །ཅི་ལ་བཏབ་གྲུང་ངན་པ་ལ། །སྤྲུལ་སྤྲུལ་  
 མོད་གཏོང་བྱེད་ན་བཟང་། །བཅུད་གྲུང་སྤྲུལ་སྤྲུལ་གནག་པ་ཡིན། །གནམ་  
 རོད་ཁ་ཆར་འབབ་དེ་ཡིན། །མོ་བཅུན་མགོ་ཡི་མདུན་ཁྱེད་ཡིན། །ཅི་ལ་བཏབ་  
 གྲུང་ངན་པ་ལ། །རབས་ཆད་ཤེ་བསྤྲུལ་བྱེད་ན་བཟང་། །བཅུ་གཅིག་བདུད་

གྱི་གཙོང་དོན་གསལ་པོ་ཡིས། །མི་རབས་གསུམ་གྱི་གཏུང་བ་མཐོན། །འཕམས་  
 གསུམ་གསལ་ནས་མིག་ལོང་ཡིན། །ལོ་རབས་ཆད་ལ་མོ་རབས་འཕེལ། །  
 ཅི་བཏབ་ངན་ཀྱང་མགར་བ་ནག་པོར་བཟང་། །དམེ་ལས་བྱེད་པའི་ཉིན་  
 པར་བཟང་། །བརྩྭ་གཉིས་འཛམ་གླིང་གྱི་རོལ་དུ། །ལྷགས་རི་ནག་པོས་བསྐྱོར་  
 བ་ཡིན། །ལོ་སྐོར་གཅིག་ཏུ་དག་མེད་ཡིན། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་ལ། །  
 ཚབ་ཆེན་ནད་པའི་མོ་ལ་ནི། །མི་བླ་སྤྱིན་གྱིས་བརྒྱས་དོ་ཡིན། །བླ་བསྐྱེད་དང་  
 བླ་བྱ་བ་ལྷན་གྱ། །ལིང་ཆེན་འདེབས་པའི་ཉིན་པར་བཟང་། །བརྩྭ་གསུམ་  
 སྤེང་བདུད་གྱི་བ་མ་གནག། །ལུན་པའི་ཐོ་ཡོར་བྱས་པ་ཡིན། ཅི་ལ་བཏབ་  
 ཀྱང་ངན་པ་ལ། །ཤི་ཆད་ཅན་གྱི་མོ་ལ་བཟང་། །ལོ་གསུམ་དུར་སྐོར་ཆོད་པ་  
 ཡིན། །དག་ཡི་རུ་མགོ་མཐོང་ཉིན་བཟང་། །དག་ཁྱིམ་རེ་བས་ཆོད་པ་ཡིན། །  
 དམག་དཔོན་སོང་ཅིང་དམག་མི་ཟེན། །རྟ་ནག་ལོ་རྟག་འདྲ་བ་དེ། །མོ་མ་  
 ངཡི་མོ་ཡོན་དགོས། །ནད་བ་ཤི་ཐུག་མོ་ལ་བཟང་། །བདུད་མོའི་ཁ་ནས་  
 ཆེ་སྟོག་ཐར། །མང་པོའི་བུ་ཡི་སྟོག་ལྟར་བཟང་། །བུ་སྟོག་བདུད་ལས་ཐར་  
 བ་ཡིན། །སེ་རབ་བསྐྱེད་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །སྟེ་བརྒྱད་དབང་དུ་འདུས་པ་  
 དང་། །ནམ་མཁའ་ཐུག་རྒྱས་ཁེབས་པ་ཡིན། །བདུད་དང་སྤྱིན་པོ་བསྐྱེད་  
 ན་བཟང་། །བདུད་སྤྱིན་ནག་པོ་འདུས་པ་ཡིན། །ལྷགས་ས་བག་མར་ལེན་  
 ན་བཟང་། །བདུད་མོའི་ལག་ན་ཆེ་མདའ་སྟོགས། །མགར་བ་ནག་པོའི་མོ་  
 ལ་བཟང་། །མགར་གྱི་ཕྱི་སྟོག་རྒྱས་པ་ཡིན། །**ཨཱ** མོ་ཡོན་འདི་ལ་

བརྒྱུག་གཅིག་བྱུང་། །སོ་ཡོན་ལིང་ཀུན་དཀར་མོ་ཡིན། །དཀར་པོ་བགད་  
 པའི་སོ་ཞོ་ལས། །ནག་པོ་འཇུག་པ་ཁ་ཕོ་ཆེ། །གཉིས་བརྒྱུག་བར་མེད་བར་  
 བཅས་གཉིས། །གསུམ་བརྒྱུག་ལ་ཡང་དེ་འདྲ་གཉིས། །བཞི་བརྒྱུག་གཅིག་  
 དང་བཅས་པ་དང་། །ལྔ་བརྒྱུག་འཁོར་བ་དྲུ་བ་བརྒྱུག་ །སོ་བྲག་བརྒྱུག་པའི་  
 དྲུ་བ་ཡིན། །དེ་ལྟར་མི་འདྲ་བརྒྱུན་མཆིས་མོད། །སོ་སོའི་ཞིབ་བཤད་མ་རྟོག་  
 ཀྱང་། །ལིང་ཀུན་སྒྲུབ་བརྒྱུན་ཞེས་སྟུ་བཤད། །ངམ་བཟང་དམར་མོའི་ལུས་  
 པོ་ལ། །མཐུ་ཆེན་ཐེར་མ་སྒྲུབ་དགྲུ་འབྱུངས། །རང་སར་བབ་ན་གྲོགས་ངོ་  
 ཡིན། །ཁྱི་སར་བབ་ན་དགྲུ་ངོ་ཡིན། །སྟོང་དུ་བབས་ན་ཐེར་མ་ཡིན། །སྤྱང་  
 དུ་བབས་ན་རོར་ངོ་ཡིན། །སྟོང་སྤྱང་བར་གསུམ་གར་བབ་ཀྱང་། །ཤིན་ཏུ་  
 བཟང་བའི་མོ་མདུད་ཡིན། །བརྒྱུག་མིག་ནང་དུ་སོས་བཀྲུག་ན། །སོ་བྱའི་  
 གཅུག་གི་རོར་བུ་ཟེམ། །ཁོག་བརྒྱུག་དག་ཀྱང་བཟང་བར་བཤད། །  
 གྲུ་བཞི་ལ་ནི་སོས་བཀྲུག་ཅིང་། གྲུ་བཞིའི་ནང་དུ་གཅིག་འཇུག་པ། །སོ་ཡོན་  
 རྟིང་བཤལ་ཞེས་བྱ་སྟེ། །ལ་ལས་སོ་རྟོད་ཅིས་སྟུ་འབོད། །ཡང་ན་སོ་ཡོན་ཨ་  
 རམ་ཅེ། །ཡང་ན་རམ་པ་འབྲུག་སྟེ་ཟེམ། །དྲུག་དང་དྲུག་བཅུད་དྲུག་སྒྱུར་  
 གསུམ། །མདུད་པ་འདི་ལ་ཆང་བ་ཡིན། །དག་གཞི་དུར་གསུམ་ཀུན་ལ་ངན། །  
 འདི་ལ་བརྒྱུག་གཅིག་བཅས་པ་ན། །སོ་ཡོན་མོ་མ་དུང་མཆོ་བརྒྱུག་ །དབག་  
 བསམ་གྱི་ནི་ལྟོན་ཤིང་དང་། །རྩ་སྤོན་ཀར་རྩ་མཆོའི་སྤྱ། །མོ་མདུད་སྒྲུམ་  
 བརྒྱ་དྲུག་ཅུ་ལ། །འདི་བས་ཁ་བྲག་གཅིག་ཀྱང་མེད། །རང་གི་བཅོན་སར་

བབ་པ་ན། །དག་དམག་སུམ་ཆ་བཅོན་དུ་བཟུང་། །གོ་མཚོན་སྒྲ་དགྲ་གནང་  
 དུ་ཐོབ། །གཡུལ་ལ་འདི་ལས་ལེགས་པ་མེད། །གནང་ལ་འདི་བས་ཆེ་བ་  
 མེད། །ཁྱི་ས་ཤོར་དུ་མི་རུང་ངོ་། །བརྒྱག་བཞི་འཁོར་བ་གླིང་བཞིན། །བསེ་  
 རྟོན་སྒྲག་ཤམ་འབར་བ་བརྒྱག །ཁྱུ་མིན་རམ་པའི་ལྷོ་བ་དེར། །སྟོང་གསུམ་  
 འབུ་མིན་གྲག་ངོ་ཡིན། །དམག་ཆེན་མོ་ལ་རང་སར་བཟང་། །བརྒྱག་བཤད་  
 ལྷག་མ་མ་རྟེན་ཀྱང་། །གཅིག་བརྒྱག་འགོས་སྐྱར་རྩེ་བཟང་དཔྱོད། །~~མེད་~~  
 མོ་ལ་གྲུ་བཞི་གཅིག་དང་ནི། །ཡུ་གུ་གཅིག་གིས་སོ་སོར་འདུས། །སོ་ཡི་ཁ་  
 སུར་ཞེས་ཀྱང་བྱ། །སོ་ཡོན་སྒོ་མ་ལག་འཐིང་ངམ། །སོ་རྟོང་བུ་ལག་ཆག་ཅེས་  
 ཀྱང་བྱ། །སོ་རྟོང་སྒོ་བར་གསུམ་ཆང་བའི། །ངན་པ་དགྲ་འདུས་འདི་རང་ཡིན། །  
 གཅིག་ལ་རྒྱལ་པོའི་སྐྱེ་མཁའ་ཞིག །གཉིས་རྩེ་ཡི་བཀའ་བཀྱོན་བཅན་ལ་  
 འབབ། །གསུམ་ཤེལ་བྲག་ཁ་ནས་རྟོན་སྐྱག་ཡར། །བཞི་འབྲི་བྱའི་དགྲིལ་  
 དུ་རྟོན་ནད་ཞུགས། །ལྷ་དག་མཁར་ཐོག་གིས་བཤིག་པ་ཡིན། །དུག་བཞོན་  
 འབྲི་བ་མཛོལ་བའི་ངོ་། །བདུན་འོག་དྲ་རྒྱུན་མས་ཁྱེར་བའི་ངོ་། །བརྒྱད་རྩ་  
 གཡག་ཐོག་གིས་བསང་བ་ཡིན། །དགྲ་བཅོན་སྐྱང་གི་རུ་འཆི་བའི་ངོ་། །  
 བཅུ་བ་བཅོན་མཁར་ལ་སྒྱུན་བབས་ཡིན། །བཅུ་གཅིག་དཔའ་པོ་གི་རུ་འཆི། །  
 བཅུ་གཉིས་རི་ཐང་མེ་ཡིས་འཆིག །བཅུ་གསུམ་དཔག་བསམ་རྩེ་མོ་ཆད། །  
 ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན་པ་ལ། །རྩ་མཁན་རྩ་ཁོ་ལེགས་པའི་ངོ་། །དེ་ལ་བརྒྱག་  
 གཅིག་བཅས་པ་ན། །ཉ་ལ་ནག་པོ་མེ་འབར་བརྒྱག །གཉིང་ནག་དུག་གི་

སྤོང་པོ་ཡིན། །རྫོག་ཅོད་སྐྱུ་གྱི་རེག་ཆོད་ཡིན། །དབྱ་ཁྱག་ཁུ་ལྟར་འཕྲངས་  
 ཀྱང་ཞེ་མི་ཆོམ། །དབྱ་ཁ་མུང་གཏོང་བའི་ཐེར་མ་ཡིན། །དམག་དང་མཐུ་  
 བསྐྱབ་དྲག་ལས་ལ། །རང་སར་བབ་ན་འདི་ལས་བཟང་བ་མེད། །ཁྱི་སར་  
 ཤོར་དུ་མི་རུང་དོ། །བརྒྱག་གཞན་སྟོབས་ཀྱང་གོང་འཕེལ་དབྱེད། །  
 སོ་ཁ་མུར་དེ་ཡི་སྐྱུ་གྱི་ཡིས། །སྤྱ་བཞིའི་ཁོག་ལ་འང་འཇུས་བ་ན། །སོ་ཡོན་  
 ཁོང་སེང་ཏྲོང་བུའམ། །སོ་ཡོན་ཁ་ཐུན་ལང་ཅོ་བྲག་གི་བ་ཟས་ཟ་བའི་དམེ་  
 མོ་ཡིན། །མོང་ཅེ་ལྟ་བ་ལོག་བ་ན། །སྐྱུ་གྱི་གཟན་དུ་མཐོང་བའི་མོ། །མ་  
 ཡིས་བུ་བསད་བྲག་མདུད་ཡིན། །དེའི་བུ་ལ་བརྒྱག་གཅིག་བྱུང་བ་ན། །དམར་  
 མོ་རྩ་རྩ་མྱ་མྱ་བརྒྱག་ཁུ་མོ་གཡང་ལྟར་མ་ཡིས་ཟེན། །མི་རྣམས་མི་འཆི་བ་  
 ཡི་བྲག་རང་ས་དག་ཏུ་བབ་བ་ན། །དྲག་པོའི་ལས་ལ་མཆོག་ཏུ་བཟང་། །  
 སྤྱ་བཞི་གཅིག་ལ་སྐྱུ་གྱི་བསྟོན། །སྐྱུ་གྱི་འོང་དུ་སོས་འཇུས་བ། །སོ་ཡོན་  
 འགྲུག་མོ་རྩི་ལུང་བྲག་ཡང་ན་སོ་ཡོན་ཁ་ཐུན་གས། །ཡང་ན་དོང་བུ་དོང་བྲག་  
 ཟེར། །ཡང་ན་སོ་ཡི་ལག་བཤལ་ཡིན། །དམ་གྱི་ཁྱི་ནག་ལྷགས་མགོ་ཡིན། །  
 དམ་གྱི་བྱི་བ་གཡུ་ཁུན་ཡིན། །ཐུན་བ་ཟེར་ལྟན་སྤྲེ་ཡིན། །ལན་དུ་ཏྲོང་  
 རིགས་བབས་བ་ན། །སྤྱ་གཡུ་དམ་གྱིས་བརྒྱས་བ་ཡིན། །གཅིག་རྒྱལ་བུ་  
 མཐིང་གི་ཐྱིང་དཀར་ལ། །དམ་གྱི་དྲི་མ་ནག་པོས་གོས། །གཉིས་ཁུ་སྤོང་ག་  
 རས་སོ་བྲས་བས། །དབྱ་མགོ་མ་འགྲུལ་དབྱ་མེད་ཡིན། །གསུམ་དུར་པག་  
 བག་པོས་དུར་ས་བརྟོས། །བཞི་དམ་མཆོད་མར་མོ་གཏིང་ནས་འཕྱུར། །སྤལ་

སྤྱལ་ཉ་ལྟོང་ཁ་ལ་ལྟུང་། །ལྷ་ངམ་གྱི་ཕག་ནག་སོ་བྱས་པས། །དག་ལྟལ་  
 དག་ཚུན་ན་མི་འདུག་སྐད། །དུག་ངམ་གྱི་ཕག་ནག་ནང་གེད་ནས། །ནལ་  
 གླུང་ཁམས་པས་རུར་སྐད་འདོན། །བདུན་མཐུ་ཆེན་དག་གླུ་འི་གསས་དོ་  
 མཐོ་ལ། །པ་སྤྱན་ཕྱོགས་གྱི་མདུན་དོ་ཡིན། །བརྒྱད་དམེ་ཡི་གྱོད་རྫོང་ནག་  
 བོ་འཐིབ། །གཙོ་བོའི་མགོ་ལ་མདུན་ཁྱུ་གྱོན། །དག་གི་བྱ་ནག་བོའི་གཤོག་  
 པ་བརྒྱད། །གྱི་བོན་གདན་ལས་བཞེངས་པ་ཡིན། །བརྟུ་གནམ་མཐོང་གཡུ་  
 རྟུག་ཅེ་མོ་ན། །མུན་ནག་ཆར་ནག་འཐིབ་པ་ཡིན། །བརྟུ་གཅིག་འོད་གྱི་རྒྱད་  
 ཐག་མུན་པས་བསྐྱུབ། །དག་གླུ་འི་དོ་སྐད་མའ་པ་ཡིན། །བརྟུ་གཉིས་ངམ་གྱི་  
 སོ་བ་གཉིད་ལོག་ནས། །ཡེ་ཡི་དམག་དཔོན་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ། །བརྟུ་གསུམ་  
 གསལ་བྱེད་སྒྲོན་མ་མུན་པས་གཉིབ། །མཚུན་ས་ངམ་གྱིས་བཟུང་པ་ཡིན། །  
 ཉི་མ་ཉིན་གཅིག་བཟང་པ་ཡོད། །ནད་པ་གི་སོས་མོ་ལ་བཟང། །བདུད་  
 མོའི་ཁ་ནས་སྒྲོག་མདའ་ལོན། །ཀླས་ཆེ་ཕྱག་མཐའ་རུ་ཕྱིན་པས་བཟང། །  
 ལུ་ལ་བརྒྱག་གཅིག་བྱུང་བ་ན། །སོ་ཡོན་རྩི་ལུང་ཅོང་ཁོང་བརྒྱབ། །བྲག་ནག་  
 ཀླད་པོ་ཁ་འདྲུམ་ཡིན། །ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་པ་ཡིན། །~~སོ་ཡོན་~~ སོ་ཡོན་  
 བང་ནས་གཅིག་སང་ན། །སོ་སངས་ཞེས་སྤྱུ་གྲགས་པ་སྟེ། །སོ་ཡོན་གྱི་སྤྱང་  
 མཚུ་རྟོན་སངས། །སངས་ཐུན་བང་བ་གེད་ཅན་ཡིན། །སང་ཐུན་དཔལ་ལ་  
 དོན་ཡོད་ཡིན། །སོ་ཡོན་གྱི་བ་མཐོ་ལ་ལྷ་ངན་རྣམས། །སངས་པའི་ཕྱིར་ན་  
 ཤིན་ཏུ་བཟང། །འདི་ལ་བརྒྱག་གཅིག་བཅས་པ་ན། །སྤིང་མོ་ན་རྒྱུང་གཟི་



བརྩེད་ཡིན། །སྟག་མོའི་མཆོན་ནས་བྱ་ཐོབ་ཡིན། །ས་ནག་བརྒྱུ་པ་ས་གསེར་  
 ཐོན་ཡིན། །སྤང་གི་ཕྱ་ལ་མཛོ་ལོ་བྱུང་། །དག་གཞི་དྲུང་གསུམ་ཀྱུན་ལ་བཟང་། །  
 སོ་སང་དེ་ལ་བརྒྱག་གཉིས་ན། །སངས་དྲུང་སྤང་གཡུ་ཡི་གཤོག་པ་ཅན། །ཁྱོ་  
 མཉེན་ལྷགས་གྱི་སྤེར་མོ་ཅན། །ཟླ་མ་འབྲུལ་གྱི་ཁྱོ་མཁྱོགས་ཡིན། །སྟག་  
 གཟིག་གཉིས་གྱི་ཆོང་ནང་ནས། །སྟག་གཟིག་ལྷག་གྱུ་ཆོར་བ་ཡིན། །རང་  
 སའི་སྟོད་དྲུང་དེ་བབ་ནས། །ཕྱི་སང་སྒྱུ་ཞིབ་སྟོར་ན། །ཡ་རབས་དག་གི་  
 ལུ་ཆ་ནི། །སྟག་ལྷག་གཟིག་ལྷག་འདྲ་བ་གནང་དུ་ཐོབ། །སྤྱིར་ཡང་རྩས་རྒྱལ་  
 གནང་གསུམ་ཐོབ། །བརྒྱག་བཞི་དྲུང་བྲག་འོ་མཆོ་སྤེབ་པའི་ལུ། །རིན་ཆེན་  
 འདུས་པའི་སྤང་ལུ་ལ། །སྒྲ་ཆོགས་འོད་གྱི་གཤོག་པ་ཅན། །གཡུ་ཡི་རྒྱན་ལ་  
 གསེར་གྱི་འདབ། །གཞན་ལྷགས་མདུང་མོ་བྲག་ལ་གཟར། །གཞན་མ་མཆོན་  
 ཆ་ལག་པས་འདེབས། །སྤང་ལུས་མཆོན་ཆ་མཇུག་གིས་འདེབས། །ཟླ་མ་  
 འབྲུལ་སྤེ་ཆས་ཅམ་ན། །རིན་ཆེན་སྤང་ལུ་སྒྲ་ལ་ཆས། །རང་ས་བཅོན་ཁྱིམ་གར་  
 བབ་ཀྱང་། །འབྲུག་པ་རྒྱལ་ནས་འོག་རྟ་མཁྱོགས། །རྩ་བའི་སོ་ཡོན་གཅིག་  
 ལུ་ལས། །གཞན་རྣམས་བྲག་དང་སང་དྲུང་གཉིགས། །དེ་ནི་སོ་ཡོན་དབྱེད་  
 དོན་ལ། །སྤྱིར་ན་རང་སང་སོ་ཡོན་ན། །གྲིབ་བཅོག་གཟའ་ནད་ལྷ་ངན་དོ། །  
 མང་ན་བདུད་དམག་ཐང་ལ་ལྷག། །བཞོག་གསུམ་དུ་སོ་ཡོན་ན། །རབས་  
 ཆད་ནག་པོ་སྒྲོ་ཉལ་བྱེད། །སྤྱིང་མིག་སྟོག་གསུམ་སོ་ཡོན་ན། །སྤྱིང་སྤྱིང་  
 འདྲ་ཡང་ལྷག་མི་བདེ། །ཐ་མར་སྤྱིང་ལ་སྤྱིང་ཆོད་འོང་། །བདུད་སྟོན་བརྒྱུག་

བ་དྲག་པོ་བྱ། །གར་བབ་གངས་གྱི་ལོང་བའི་གཞུགས། །དག་ཕྱོགས་འཕང་  
 ལ་དམོད་བ་པོར། །དཀོན་མཆོག་དྲུང་དྲུ་མར་མེ་འབུལ། །སོ་ཡོན་ལན་དུ་  
 དིང་དིང་ན། །ཡེ་ལྷོན་རྒྱལ་མོས་མ་བདུད་ཐུལ། །སྒྱིན་དིང་ངམ་ཐུན་སྒྱོན་  
 མས་བསལ། །གལ་བར་ཐུན་ནང་གྲང་བྱ་བདེ། །སྤང་བུའི་མགོ་ལ་ཁོར་བྱ་  
 བདེ། །བྱ་ཡུན་ལོང་བའི་མིག་རྟེན་ཅིང་། །ཐུན་ནག་ནང་དུགས་ལ་སྒྱོན་རྟེན། །  
 བག་བྱ་དང་མཁར་ཉི་མ་ཤར། །བྱ་བུར་ངམ་ཐུན་རྒྱ་བས་གསལ། །ཐུས་ངམ་  
 ལ་སྒྱོན་སྐས་འབྱངས། །ཕ་ཆོ་དག་བྱ་ངམ་ལ་ཆས། །སྒྲོ་ཆོ་དུག་འདམ་རྟ་  
 ཡིས་བསྐྱལ། །དམ་དག་སྤང་སྒྱོན་ཕྱགས་རྒྱས་འདུལ། །སྒྱིར་དཀར་ངམ་  
 མཐའ་སྒྱོན་གྱིས་བཅིངས། །སྒྱིར་ནག་ལོང་བ་ཐུན་དུབ་ཡིན། །ཆོལ་ཆོལ་  
 རིར་དམུག་ཡང་ཆགས། །བག་གི་ཆོལ་ཆོལ་བབས་བ་ན། །བདུད་ལག་ཡུལ་ཐེབ་  
 ངམ་ལ་མ་ཤ་ལོན། །ཕ་མཆུན་དག་ལྟར་ཆས་བ་ཡིན། །བྱུང་བརྒྱུང་དྲུང་བྱུང་  
 ངམ་ནས་ཐར། །ཨ་ཁད་རྟག་མོ་ནགས་ན་རྒྱལ། །རང་རྟོན་རྟག་ལ་སྒྱིད་  
 གངས་བྱུང། །སང་ཟེ་ཐུན་ནག་དམ་ཡིས་བསལ། །བྱོད་ཐུར་ལྟ་བུ་བདུད་  
 ལས་ཐར། །མདུན་ཁྱུ་མགོ་ནས་ཐུད་བ་ཡིན། །ཞི་བུར་སྐུལ་བའི་མེའུ་དེས། །  
 ངམ་གྱི་སྒྲོ་སྒྲོམ་བཅོམ་བ་ཡིན། །ཡང་དིང་ཐུན་བ་ཡར་ཡར་དང། །ཐུས་  
 མཉམ་དུང་སྤང་ངམ་ནས་འཁོར། །ཅོར་བདུད་བྲག་རྩ་རིས་བཞིག །གཡུང་  
 དྲུང་བདུད་ལ་ལྟ་སེམས་སྒྲེས། །ཁྱེ་བ་མི་བྱ་བདུད་ལས་ཐར། །ད་རོག་གྱི་  
 ལོང་སྒྲོག་ལས་གྲོལ། །དམ་དཔལ་འཆིང་ཐག་མཆོན་གྱིས་བཅད། །སྒྱུ་མ་

སྒྲོན་སྒྲོན་ཀླུ་ཁ་ཆར་འབྱིག། བྱ་རལ་སྒྲུག་སྒྲོན་གྱིས་བྱེད། ལི་ཡན་སྒྲོང་  
 འདྲེན་གཞི་རྒྱུ། མར་སྒྲིང་པོ་ལྷ་སྒྲུག་ཏུ་འབྱུངས། སྒྲོ་བར་གྱོད་ལག་གྱོད་  
 སྒྲེ་བྱེད། སོ་ཡོན་སྒྲོན་པ་སྒྲུག་ཏུ་འབྱིགས། ལིང་ཀུན་སྒྲུང་བུའི་ཤེད་མོང་དག་  
 སྒྲུག་བསྒྱེད། རུ་སྒྲོད་པོང་བུ་ཁལ་འོག་གི། མ་ཟེ་སྒྲུག་ལ་བཅོན་དམག་  
 རྒྱུ། ཁ་འབན་བདུད་དམག་སྒྲིན་ལྟར་འདུས། སང་རིགས་གྱོད་མགོ་སང་  
 བཡིན། རྒྱང་བྲག་རིགས་རྣམས་གང་ཡང་རེ། སེ་སྒྲོད་གྱོད་མཐའ་ཚུ་བས་  
 རིང་། ~~སྒྲོན་པ་~~ ལོག་ལ་གསུམ་འབྲེལ་གསུམ་ཡར་བ། རུ་སྒྲོད་ཅེས་སྒྲུ་  
 བྲགས་པ་དེ། སྒྲོན་མ་སང་གཉེན་སྒྲུས་བྱེད་དུས་དེར། ལ་པོང་རྟ་འདྲའི་རྩ་བ་  
 རུ་ གཉེན་གཡག་ཁམས་པའི་རྩ་རྩ་ན། བདུད་པོ་གཤོག་རིང་རིང་ལ་བབས།  
 ཟུས་པོ་སྒྲོང་བདུད་བྱུང་བ་ཡིན། བྱི་མོ་དུར་བྱ་ཀང་ཀ་ཡིན། ལ་དེ་སྒྲེལ་  
 དམར་རྟར་ཐོགས་ཡིན། མ་ནི་སྒྲོན་ཆོར་པ་ཡིན། རུ་བདུད་རིགས་རྣམས་  
 གྱི་ཆེ་བ་ཡིན། དུར་བྱ་ནག་མོ་གཤོག་རིང་ཡིན། ཐང་གཅིག་བདུད་གཡག་  
 ཁམས་པ་ཡིན། ཐང་གཅིག་གི་པོ་ག་ཟེན་ཡིན། ཐང་གཅིག་གེ་ཤོང་དཀར་  
 པོ་ཡིན། ཐང་གཅིག་ལྷགས་སྒྲུང་སྒྲོན་མོ་ཡིན། རེས་གཅིག་ལྷ་གཡག་  
 དཀར་པོ་ཡིན། རེས་གཅིག་ཕོ་ཤོག་སྒྲོང་ཐུབ་ཡིན། རེས་གཅིག་སྒྲུག་འདུག་  
 གི་པོ་ཡིན། ཐང་གཅིག་སྒྲོ་བུར་ཡེ་འདྲོག་ཡིན། འདི་འབྲི་ཡི་ལྷ་གཡག་  
 དཀར་པོ་ཡིན། སྒྲིན་གཡག་ཁམས་པ་བརྟུལ་མི་ཡིན། སྒྲིང་པ་འབྲུལ་  
 དག་སྒྲུ་ཡིན། རུ་སྒྲོད་རུས་པའི་རྩེ་འུ་ཡིན། བདུད་ཡབ་རྩེ་ནག་པོ་རྩོན་ཡིན།

~~ཀུན་མཁྱེན་མི་པམ་རྒྱ་མཆོའི་གསུང་འབུམ།~~ དེ་ཡི་མཁར་ཅེར་བརྒྱུ་སོང་ན། །རུ་སོད་ཁ་ལེ་དཀར་པོ་ཡིན། །  
 འབྲི་ཡི་ལྷ་གཡག་དཀར་པོ་ཡིན། །ལེར་མ་དོམ་མགོ་གྲུང་སྦྱིང་ཡིན། །དག་  
 ཤ་ཟ་བའི་ལེར་མ་ཡིན། །ལྷ་གཡག་སྦྱིང་དང་བསྐྱེབས་པའི་ལུ། །གར་བ་ཞགས་  
 ཐོགས་བྱ་བ་ཡིན། །དམག་ཇག་གཉིས་ལ་ལྷག་པར་བཟང་། །བརྒྱད་ལ་ལྷ་  
 གཡག་སྦྱང་ལ་འབྱིང་། །འབྲུ་པ་དགུ་ལུ་བརྒྱ་ཆོང་ལོ་ཡིན། །མི་དཔའ་རྟ་  
 མཁྱོགས་ལེར་མ་ཡིན། །བརྒྱ་གཅིག་ལྷགས་ཁྲ་དག་སྤར་ཆས། །བརྒྱ་གསུམ་  
 ཐོ་རོག་སྦྱང་ལུབ་རྩི་ལུ་ཡིན། །མི་གཅིག་ལོ་བརྒྱ་ལུབ་པ་ཡིན། །དེ་ཡི་ལོག་རྩ་  
 བརྒྱུ་པ་ནི། །རུ་སོད་དཔལ་གྱི་དར་ནག་ཡིན། །འདྲེ་སྦྱིང་འགོང་པོས་རྒྱབ་  
 གོགས་བྱེད། །འདྲི་ཡང་དམག་ཇག་གཉིས་ལ་བཟང་། །སྒོ་བརྒྱུ་ལྷུང་གྱི་ཤ་  
 ཆང་ཡིན། །ཐོ་རོག་ནག་རྒྱུང་གྱི་ཤས་འགག། །འགག་དང་མཐའ་མིག་གཉིས་  
 ཀ་ཡིན། །སྤྱག་ཡི་ཆད་གྱི་པོ་གཤེད་ལ་འཁོར། །ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་རན་པ་  
 ཡིན། །གཏོ་ལ་གཡག་ནག་དག་ཆོས་དང་། །ལེགས་ལྷན་མགོན་པོའི་བེང་  
 བརྒྱུ་བྱ། །སྤྱ་མ་གཉིས་པོ་བརྒྱུ་པ་ན། །རུ་སོད་མདུད་ལུ་ཅེ་བྲ་ཡིན། །  
 དམག་ཇག་གཉིས་ལ་ལྷུང་ཆོག་ཡིན། །བྲི་མ་གཉིས་བརྒྱུ་བདུད་བཅན་  
 རོ་འཛིན་རན། །གསུམ་བརྒྱུ་ནག་གུ་རབ་རིབ་ན། །དོམ་ནག་ལྷགས་ཁྲ་  
 དགུ་བསྒྲིལ་བརྒྱུ་གཤེད་སྦྱིང་རྩ་དམར་པོ་ཡིན། །དག་འདྲེ་འདུལ་བའི་  
 གཉེན་པོ་ཡིན། །~~ཀུན་མཁྱེན་མི་པམ་རྒྱ་མཆོའི་གསུང་འབུམ།~~ སྒོ་ལ་ལྷ་གཡག་གཅིག་འཇུག་ནས། །གསུམ་འཐོར་  
 སྒྲ་བྲག་རུ་སོད་ཡིན། །བདུད་ཀྱི་སོལ་བྲ་ནག་པོ་ཡིན། །དམ་སྒྲས་འཛོལ་

ལ་གི་བ་ཡིན། །ཁུ་ཐོ་འཕྱོལ་ཁམས་ཆོལ་བུར་བྱེད། །སྒོ་བརྒྱུག་སྒོ་བདུད་  
 བྱ་བོ་ཡིན། །གི་གིང་སྒྱུར་བའི་ཅེ་མོན། །གི་བྱ་ཐོ་རྒྱ་བབས་བ་ཡིན། །  
 ༄༅། མོ་ཡིས་ཐུག་གྲུ་གཉིས་ལ་སོ་སོར་འདུས། །གསུམ་འཐོར་དམ་  
 ངམ་རུ་སོད་ཡིན། །ངམ་གྱི་ཐལ་བྱ་སྒྱུ་བོ་ཡིན། །༄༅། སྒྲ་མའི་ཐུག་  
 གཉིས་ཅམ་ཐིག་ན། །དམ་བྱ་རུ་སོད་བྱ་བ་ཡིན། །ངམ་བྱ་བྱ་མོ་གི་བ་  
 ཅན་ཡིན། །༄༅། སྒྲུམ་ལ་སོས་བཀྲུག་གསུམ་ཡར་བ། །སྒྲུམ་བྱ་རུ་  
 སོད་བྱ་བ་ཡིན། །ཁུ་བྱེད་སོལ་བྲ་ཤ་ལ་རམ། །ན་ལོང་མེད་བའི་གི་རོ་ཡིན། །  
 དེ་ལ་བརྒྱུག་གཅིག་བྱུང་བ་ན། །སྒྲུམ་བྱ་རུ་སོད་བྱ་བ་ཡིན། །སོལ་  
 བྲའི་དབྱེན་གྱིས་སྒྲ་འདྲན་བྱས། །ཡེ་ཡི་ཡུལ་དུ་གི་ཁམས་དར། །ཆེ་ཆེ་ར་  
 ཡི་མོ་ལ་ངན། །ར་ཐོད་གོ་ཐོང་ལ་བྱུལ་མི་ཡིན། །གལ་ཏེ་བརྒྱུག་གཉིས་བྱུང་  
 བ་ན། །གི་ཁམས་བོད་ཡུལ་དཔུས་སུ་དར། །༄༅། མོ་རྟར་གཉིས་འབྲེལ་  
 ལྷགས་ཐག་འདྲ། །གསུམ་འཐོར་གིང་ཤག་རུ་སོད་ཡིན། །སོ་བྱ་བྱ་མོ་  
 སྒྱུན་གཅིག་ཡིན། །མི་བྱ་མིག་ཅུ་ཞར་བའི་སྒྲ། །གིང་ཅེར་གི་བ་བྱ་བ་  
 བས་ངན། །སྒྲིས་དར་མ་གི་བས་གཞུ་མོ་ཆག །དེ་ལྟར་བརྒྱུག་མེད་ཅུ་མདུད་  
 དུག །རུ་སོད་སོལ་བྲ་སྒྲུང་དུག་གམ། །རུ་སོད་དཔལ་བོ་སྒྱུན་དུག་ཡིན། །  
 གཅིག་གི་སྒྲེད་དུ་རུ་སོད་ན། །སྒོན་ཡུལ་གི་བོས་བཟུང་བ་ཡིན། །དག་སྒྲི་  
 མི་ལའོར་ཁ་མེད་ཡིན། །ཁ་མང་བཤད་དང་མིག་མང་གིས། །ལྟོ་ངོ་ཡིན་པས་  
 བདུད་བསྒྲུར་བྱ། །ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན་པ་ལ། །བདུད་དང་མགོན་པོ་བསྐྱབ་

ན་བཟང་། གཉིས་མིན་མཚོ་རྒྱ་རིང་འགམ་ཤེད་ན། གྲིབ་བྱ་ཐོ་རོག་གྲོག་  
 གྲོག་ཟེར། ཤར་ལམ་དོགས་མའི་དག་ངོ་ལ། ལྷག་པར་སུ་མོ་སྒོ་བྱིར་ངན། །  
 གསུམ་ཐོ་རོག་ནག་མོ་དྲོར་འགོས་བྱེད། སུ་ལྷ་ཡོད་པའི་ཆུང་བར་ངན། །  
 ཆུང་སྒྲི་ཅན་གྱི་མོ་མདུད་ཡིན། ཆུང་སྒྲི་མནན་ཅིང་ཏོག་གཟུངས་འདོན། །  
 དཔེ་མ་དྲོས་སྒྲུ་ཡི་ཐོ་བྱང་དུ། ཐོ་རོག་ནག་པོ་སྒྲོང་རྒྱག་བྱེད། རོར་ཡོད་  
 ཟེར་གྱིན་ཡོད་རྒྱ་མེད། ཟས་ཡོད་ཟེར་གྱིན་ཡོད་རྒྱ་མེད། ལྷག་པར་ལྷག་  
 པོའི་མོ་ལ་ངན། གཡང་གོགས་བདུད་གྱིས་ཁྱེར་བ་ཡིན། ཤོད་སྒྲི་མནན་  
 པ་དག་ཏུ་བྱ། ལྷ་ངམ་གྱི་སོལ་རི་རྫོང་འབྲང་ན། བྱ་ཐོ་རོག་ནག་མོས་སྒྲོར་  
 རྒྱག་བྱེད། དག་བྱེད་ཟེར་མཁན་ཡོད་པ་ཡིན། ཉི་མ་སྒྲོ་ཡི་དག་ངོ་ཡིན། །  
 བདུད་མགོན་དག་ལ་ཐད་ན་བཟང་། དག་པོ་གྱི་འཕེབ་བསཏ་པ་ཡིན། དུག་  
 སྒྲན་ཁ་མའི་ལུས་ལ་དྲི་མ་ཆགས། ལྷག་པོའི་རོར་ལ་རྒྱལ་འགོང་ཆགས། །  
 མི་རོར་གཉིས་ལ་ཞིག་རལ་འབྱུང་། འདྲེ་གདོན་མི་གཞོད་ཁ་མེད་ཡིན། བདུན་  
 ཐོ་དཔའ་པོའི་ཀ་བ་བདུད་གྱིས་བཅག། སྒྲན་དཔའ་མོ་མཛེས་མའི་གཡང་  
 རུན་བྱང་། ཏྲ་ཐོ་རྫོད་སྒོ་བྱར་འདྲོག་པ་ཡིན། སྒྲེས་དར་མ་ནད་གྱིས་ཐེབས་  
 པ་ཡིན། བརྒྱད་སུ་རི་གསུམ་འདུས་པའི་རྩེ་མོ་ནས། བདུད་གཡག་རོག་  
 པོས་རུབ་དར་བྱེད། མདང་ལུང་གསུམ་འདུས་པའི་ས་མདོ་ལ། གྲུ་བདུད་  
 བག་མོ་འདྲེ་རུག་ནོད། ལྷ་བཅོན་གྲུ་བདུད་བཅོས་པར་བྱ། དགུ་ཉི་མ་མེད་  
 པའི་གྲིབ་ཁུང་དུ། བདུད་གཡག་རོག་པོ་ཆིག་རྒྱག་བྱེད། གྲི་སྒྲི་སྒོ་བྱར་

ཡེ་འདྲོགས་དང་། ཁུབ་ནས་དག་ཡོད་དག་ཆོས་པ། བརྩ་འདི་བྱེད་གྲོས་  
 སྒྲ་མང་བ་ལ། ཟིན་མེད་ཆགས་རྒྱ་སྟོང་བ་ཡིན། དག་ཡོད་ཟེར་བྱ་གཏོང་  
 ཅུར་སྒྲ་འབྱུང་། བརྩ་གཅིག་དུང་ཁྱུང་སྒྲུན་གསུམ་གནས་མལ་དུ། ཁོ་ལ་  
 བསྒྲུན་གསུམ་ཤོར་བ་ཡིན། གཞན་མི་ཅི་ལ་ངན་ན་ཡང་། བདུད་བཙན་  
 དག་སྒྲ་མཆོད་ན་བཟང་། བདུད་གྱི་མདོས་ཟོར་བྱེད་ན་བཟང་། སྒྲུན་གསུམ་  
 ས་གསུམ་འདྲིན་ན་བཟང་། བརྩ་གཉིས་བྱང་གི་ཐང་ཤིང་ལ། གྲིབ་བྱ་ཕོ་  
 རོག་གོག་གོག་ཟེར། དག་ད་ལྟ་ཡོད་ཟེར་ཅུར་འབྲོས་བྱེད། ཡོང་སྒྲ་ཕོས་  
 གྱང་འོང་རྒྱ་མེད། བརྩ་གསུམ་ཐང་ཤིང་ཁུ་ཡུར་ལ། གྲིབ་བྱ་ཕོ་རོག་སྒྲུག་  
 སྒྲུག་ཟེར། ཕོ་པ་ཚན་ཅན་གྱི་མོ་ལ་ངན། རང་མཆོང་རང་གིས་གསལ་རོ་  
 ཡིན། ཆོས་སེམས་ཅན་གྱི་མོ་ལ་ངན། སྒྲོ་སྒྲུག་བདུད་གྱིས་འཕྲོག་བ་ཡིན།  
 ཅི་བདེ་བཙན་ལ་ངན་པ་ལ། གྲི་ཁྲོད་འདུལ་བའི་མོ་ལ་བཟང་། གྲི་ཁྲོད་  
 མཚུན་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན། མཚུན་ངར་མ་དག་ལ་ཆས་བ་ཡིན། མེད་ཤག་  
 འབྲེད་མོ་ལ་བཟང་། ཤུལ་སྒྲོས་ནས་ཤག་ཤ་རྒྱལ། སྒྲུག་སྒྲུག་མཐུ་བསྒྲུབ་  
 མོ་ལ་བཟང་། མཁར་ཁའི་ཕོ་རོག་གོག་ཡོད་ཟེར། ཁ་ལེ་དཀར་པོ་བབ་  
 པ་ན། ཕོ་རོག་ནག་པོ་སྟོང་བྱུང་ཡིན། དེ་ནི་ཅུ་སོད་ལན་དབྱེད་ལ། ཅུ་  
 སོད་ལན་དུ་དིང་དིང་ན། ཕོ་རོག་ནག་པོས་པ་ཡུལ་ཟེན། རྒྱལ་པོ་གདན་  
 ས་ཤོན་བ་ཡིན། སྒྲིན་དིང་བདུད་མཆོན་རྟོ་ཡིས་མནན། གལ་བར་དར་  
 བག་དག་སྒྲ་འཁོར། སྟོད་དུ་བབ་ན་ལྷག་པར་བཟང་། བྱ་ཡུན་རོག་པོའི་

དབུལ་བར་མདངས་གཅིག་བྱུང་། །སྤྱག་བ་སྦྱིད་ཀྱིས་བསུས་བ་ཡིན། །བྱ་  
བྱར་འབྲོང་ལ་རུབྱར་རྒྱས། །ལུས་སྦྱོན་མེ་རང་འབར་ཡིན། །སྒོ་མི་ཉེས་  
བའི་རྗེའུ་ཡིན། །བྱད་བར་ལུས་ཅོད་བན་བཟང་། །རིག་སུམ་མགོ་ལ་འབྲོང་  
གསུམ་འབྱིང་། །ཁ་ཆོ་འགྲུ་ལ་དབའ་དར་ཐོགས། །སྒོ་ཆོ་མི་ཆད་རྟ་དར་  
འཕྲད། །དུང་དག་ཤ་བ་བྱིས་དེད་བྲག་ལས་ཐར། །བདེ་བའི་གནས་དང་  
འཕྲད་བ་ཡིན། །སྦྱིར་དཀར་རུལ་མས་ཤེད་ལུད་སོགས། །ཐང་ལེ་མི་ཁའི་  
བུ་མོས་བྲང་བརྟུང་བན། །བྱད་བར་བྱིས་བ་གཅིག་ལ་བན། །ཆོལ་ཆོལ་རུ་སྟོད་  
རོ་རྗེའི་བྲག་དང་འཕྲད། །ཁོ་རོག་ཞར་བས་བདུད་ཅི་རྟེད། །ཅི་ལ་བྱུང་  
ཀྱང་བཟང་བ་ཡིན། །བྱུང་བརྒྱུང་འབྲོང་ལ་མཁྱོགས་རུལ་ལྟོན། །ཨ་ཁད་  
འགྲུ་ལ་སྒྲ་ཕྱེ་རྒྱས། །རང་སྒྲན་འབྲོང་ལ་དབའ་ཤེད་རོགས། །སྤང་ཟེ་ལྟ་  
གཡག་འབྲུག་ལྟར་རར། །བྱོད་ལུང་གཡའ་སྤང་བདུད་ལས་ཐར། །ལྷི་བུར་  
སོལ་བྲ་ལྟགས་བསྐྱུང་བསྐྱུང། །ཡང་ན་འབྲོང་ལ་རུ་ཅོ་རྒྱས། །རྒྱར་སྤང་ལུལ་  
ལྟ་བདུད་ལས་ཐར། །ཡར་ལྷིང་འབྲོང་ནག་རྩ་རི་ལྷད། །སུམ་མཉམ་འབྲོང་  
མོ་འཕྲང་ལས་ཐར། །སྒོ་བརྒྱལ་གྱི་པག་སྦྱང་གིས་བསྐྱུང། །ཅོར་བདུད་ཤིང་  
སྤྱ་རེས་ཆོད། །གཡུང་རྒྱུང་འབྲོང་ལ་བེམས་ཤ་རྒྱས། །ཁྱེ་བ་ལྟ་གཡག་རི་ལ་  
འབྱིངས། །ད་རོག་འབྲོང་ལ་སྤྱ་སྤྱག་རྒྱས། །དུང་དབལ་འབྲོང་གི་རུ་ཅེ་རོ། །  
སྤུམ་སྦྱོན་འབྲུ་ཡི་བྱ་དགུ་རུ་ཡིས་བྱིང་། །བྱ་རལ་འབྲོང་གོ་བྱི་ཡིས་བྱོས། །  
ཡི་ཡན་འབྲུ་ཡི་པ་རྒན་བྱིང་བ་རྒྱུང་གིས་བྱིང་། །གསེར་བྱ་མགར་བ་མགར་



ཚང་ནང་དུ་གི། རྩོམ་མི་གསུམ་གྱིད་ལ་འཕྲོགས། རྩོམ་པ་བདུད་གཡག་  
 ལུན་པར་རྒྱག། རུ་སོད་བདུད་ནག་གཡ་ལ་བསྒྲིགས། ཁ་ལེ་ཕོ་རོག་སྟོང་  
 ཆོ་ཐུབ། འབྲུལ་ལྷ་གཡག་ཆས་པ་ཡིན། རྩོམ་རྒྱག་འབྲུལ་ལྷ་བདུག་ཆུ་གིར་  
 འཆི། མ་ཟེ་བརྟུང་གི་རུ་དམར་ལང་། ཁ་འབན་བདུད་གྱི་དམག་སྣ་ཆས། མེ་  
 སྟོད་བདུག་གཡག་གིས་བསང་། **པ་ལེ་ཕོ་རོག་སྟོང་གསུམ་ཡར་**  
 བས། རྩུག་གཉིས་དེ་སྒྲུམ་དུ་སོང་། སྒྲུམ་མ་ཟེ་སྟོན་མོ་ལྷ་མ་ལྷ་མ་ཡིན། ཉི་  
 མ་སྟོ་ལ་དབང་བ་ཡིན། མ་ཟེ་ལ་བཟང་བཤད་མ་མཆིས་གུང་། བརྟུ་  
 གསུམ་སྟེང་དུ་འདི་བབ་ན། རག་པ་དཔུང་རྒྱུང་མེར་མ་ཡིན། དབྱེ་ཤོག་  
 འབྱེད་པའི་མེར་མ་ཡིན། ཆར་པ་དྲག་པོའི་བྲུ་མཐུད་ཡིན། བ་དུང་ཤ་ཡིན་  
 བས་སྒྲུར་མགྲོགས་ཆེ། མ་མཆོང་ཁྱི་ཡིན་པས་གྲུ་གྲུ་སྒྲིབ། མཆོང་ཁྱི་དུང་  
 ཤ་བཞེབས་པའི་བྲུ། རག་ཕན་བྱེད་པའི་མེར་མ་ཡིན། དྲག་དམར་བཟངས་  
 ཡག་ནང་ཤེད་དེར། གནམ་གྱི་རྩ་ཐིག་ཟེལ་བ་དང་། དྲག་གི་བརྒྱན་གྱི་  
 རྒྱལ་བ་ལ། གསེར་གྱི་བང་བོང་སེར་པོ་ལ། རྩོ་རྩེ་མགོ་ལ་ལུ་ཏིག་གྲང་། ས་  
 བདག་དུང་སོ་བད་མའི་རྒྱ། རིན་པོ་ཆེ་ཡི་རྒྱལ་མཆོན་ཅན། གཉན་རྒྱན་  
 དེ་བར་མཆོན་ཡང་གསོལ། འདི་དྲག་གི་ཐེམས་སུ་ལོ་མང་བཞུགས། རྒྱུང་  
 བག་འཆུབས་མས་དཔུག་གསུམ་བསྒྲིད། དཔུ་སྒྲུ་སེ་བ་སྒྲུན་གྱིས་གཟིགས། རྒྱུན་  
 རྒྱན་རྒྱན་བསམ་པའི་ཡིད་མ་བདེ། བདག་ནི་རྒྱས་ལ་བྱ་ཡང་མེད། དེ་ནི་  
 བུ་ཞིག་བཙལ་དགོས་བསམ། བུ་ཞིག་བཙལ་བ་རམ་མེད་བས། གནམ་

སྒྲུབ་དུང་ཤ་ཞིག་ཏུ་བརྟུགས། །དུང་ཤ་བྱུང་མེད་བྱ་བསམ་ནས། །ལྷགས་ཆི་  
 སྒྲོན་མོ་རོལ་དུ་བྱིད། །ཡེ་ངམ་གཉིས་ཀྱི་མཚམས་སུ་བྱིན། །དུང་ཤ་ཡུ་མོ་དེ་  
 དང་འབྲད། །དུང་ཤ་ལྷགས་རིའི་བར་ལ་བདས། །མ་དང་སྤྱིང་མོའི་བར་དུ་  
 འགྲིམ། །མ་དང་སྤྱིང་མོ་ཟླད་ཀྱིས་བཏང། །མ་ཟླད་བྱ་བའི་གཏུན་ཚིགས་ཡིན། །  
 རྩ་འབྲུལ་ལན་གཅིག་བསྐྱེབས་བ་ལ། །གཉན་སྤྱག་ཆགས་ནས་མ་དེ་སྒྲུམ། །  
 སྒྲུམ་མ་བྱ་བྱུང་བྱ་བའི་གཏུན་ཚིགས་ཡིན། །སྒྲུམ་མ་ཟེ་སྒྲུམ་མ་བྱ་བྱུང་འདི། །  
 སེམས་ཅན་འཕྱི་བའི་བླ་མ་དུད་ཡིན། །དེ་ཡི་སྒྲུམ་ལ་བརྒྱག་སོ་ན། །སྒྲུམ་  
 མ་ཟེ་གཡུ་ཡི་ཚུ་མིག་ཡིན། །བརྟན་མ་བརྟུག་གཉིས་བླ་མ་དུད་ཡིན། །སྤྱད་དུ་  
 འོ་བའི་སྒྲུམ་ཞིག་ཡིན། །མོ་ཁྱོད་ནམས་ཀྱི་སྤྱང་མ་ཡིན། །མདའ་འཕེན་ཚུགས་  
 སྤྱབ་བའི་སྒྲུག་ཁྱོད་ཡིན། །བཞིག་གསུམ་བབ་མི་ཞོར་འཕེལ། །དམག་རག་  
 གཉིས་ལ་སྤྱོད་དུ་གཅིས། །བརྟུག་གཉིས་པག་འོའི་འོ་ལྷ་ཡིན། །འོ་མ་འཁོར་  
 བར་དུ་ཁག་ཐེག་ཡིན། །དེ་ལ་བརྒྱག་གཉིས་བཅས་བ་ན། །སྒྲུམ་མ་ཟེ་ཆུ་  
 མིག་ཅག་ཅིག་ན། །བདུད་ཅི་འོ་མའི་ཆུ་རྒྱན་བརྒྱག །འཛད་མེད་ནམ་གས་  
 བང་མཛོད་ཡིན། །དབུལ་མེད་རྩམ་ལྷའི་གཏོར་ཁང་ཡིན། །འདོད་འབྱུང་ཡིད་  
 བཞིན་ཞོར་བྱ་ཡིན། །སྒྲོན་གྲུབ་རྒྱལ་བྱ་དགོད་ཡིན། །ཅི་བཞག་ཐེག་བའི་  
 ས་ཆེན་ཡིན། །ཁྱུང་འཕགས་ནམ་མཁའི་ཉི་མ་ཡིན། །ཀུན་པན་ལམ་ཁའི་  
 ཆུ་མིག་ཡིན། །ཟོས་ན་ཞེས་མངར་སྤྱང་ཅི་ཡིན། །བཞོས་ན་མི་འཛད་མ་ཉེ་  
 ལོ་རྒྱས་ཡིན། །བཀལ་ཚད་ཐེག་བ་སྤྱང་ཆེན་སྤྱབས་ལྷན་ཡིན། །ཀུན་གྱི་ཡིད་

འོང་ན་རྒྱུད་བཞིན་ལེགས་ཡིན། །ཀུན་ལ་འཕྲོད་པ་སྒྲུབ་མཆོག་རྣམ་རྒྱལ་ཡིན།།  
 གསལ་མེད་ཁྱུང་གི་སྤྱུ་གྲུ་ཡིན། །འཁོམས་བདུད་ཅིའི་ཉིང་ཁུ་ཡིན། །སྟོང་གསུམ་  
 དམག་རྒྱལ་གནང་ཐོབ་དོ། །བཞོག་གསུམ་དུ་བབ་བ་ན། །བུ་ཆ་མིག་  
 རྩ་དམར་བ་ཆར། །གནས་མལ་བབ་ན་ནོར་རྩལ་འཕེལ།། རྒྱུམ་  
 མ་ཟེའི་རྒྱུམ་དེ་སང་དུ་སོང་། །སང་མ་ཟེ་སྤྲུག་པ་མཐུ་ཁུར་ཡིན། །བྱང་  
 གི་སེར་མོ་ཙམ་ཙམ་ཡིན། །འདི་སྤྲུག་སྤྲུག་ཆོས་སྦྱོང་མངོན་རྒྱལ་ཡིན། །  
 མངག་ན་རྒྱལ་བའི་ཐེར་མ་ཡིན། །མ་མོ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲ་བྲིད་ཡིན། །ལས་ཀྱི་སེར་  
 བ་རོལ་པོ་ཡིན། །དབྱིད་ཀྱི་རྒྱུད་དམར་འཕྱུགས་མ་ཡིན། །དབྱར་གྱི་རྒྱུན་  
 དིང་ནག་པོ་ཡིན། །དགུན་གསུམ་ཁ་བ་བྱ་ཡུག་ཡིན། །སྟིགས་མའི་ནང་གི་  
 དུངས་མ་ཡིན། །མཆོ་སྒྲན་སྤྱུ་སྒྲན་མོ་མདུད་ཡིན། །སྤྲུག་པའི་བུ་མོའི་མོ་ལ་  
 བཟང་། །རྒྱ་ལས་ཐིག་པའི་ཡར་བ། །སྒོ་མ་ཟེད་ཀར་མོ་ཡམ་ཡམ་  
 ཡིན། །ཉི་མ་ཤར་ལ་དབང་བ་ཡིན། །ཡིན་ནི་བཙན་གྱི་སྒྲ་མདུད་ཡིན། །  
 ལུས་ནི་མདོ་ལྷག་རྟ་སྒྲོག་ལུས། །སྒོ་བརྒྱལ་མ་ཟེཨོག་དམར་ཡིན། །སྒོ་རྟོད་  
 རྒྱུ་ལེམིག་དམར་ཡིན། །བཙན་ཡམ་ཤུད་དམར་པོ་བཟང་རྟ་ཞོན། །བཙན་  
 དམག་རྣམས་ཀྱི་དམག་དཔོན་བྱེད། །ལར་ཞར་བ་རྣམས་ལ་བཟང་པོ་མེད། །  
 མ་ཟེསྒོ་ལ་བརྒྱལ་ན་བཟང་། །མ་ཟེཨོག་དམར་ཐུབ་པ་མེད། །ལངས་འི་བཙན་  
 ས་གར་བབ་ཀྱང་། །བཙན་པོའི་རྟ་ལ་བྱུ་ཡུག་བྱེད། །རྟ་མེ་ཕུ་ལྷན་བ་བྱུག་  
 ཅིག་ཐོབ། །དམག་རྩག་གཉིས་ལ་སྦྱོང་དུ་བཟང་། །གནངས་ཕུ་བཞོག་གསུམ་

དུ་གཅེས། ཁད་པ་དང་ནི་ཡ་མ་ལ། ཁད་པ་བ་ལྷ་ཞག་གུངས་ལ་འདྲོར། །  
 གཞི་སྐྱོ་དཔ་མོ་ལ་གྱི་དོའང་ཡིན། བཅོན་དམར་མཆོད་མཁན་ཡིན་ན་  
 བཟང་། །**༡༡༡༡** སྒྲོ་ཡི་སྒྲོ་དེ་ཏྲོང་དུ་སོང་། ཏྲོང་མ་ཟེ་ནག་པོ་ཡམ་ཡམ་  
 ཡིན། ཉི་མ་རུབ་གྱི་སྒྲོ་སྒྲུང་ཡིན། ཡིན་ནི་བདུད་པོ་སྒྲར་སྒྲོགས་ཡིན། བསྐྱོང་  
 བྱི་དམར་པོ་བཅོན་དང་བསྐྱོང་། རྒྱ་ནི་མི་ཡི་ཆོ་སྒྲོག་རྒྱ། ལུང་ནི་མི་རོ་མགོ་  
 རྒྱུ་ལུང་། ལོ་མལ་བབ་ན་མི་གི་རུས། གནས་མལ་བབ་ན་རྟ་གི་རུས། །  
 ཡ་སྐྱོན་གྱི་ལོ་བྲག་ཡིན། ཏྲོང་རྒྱུང་ན་འབན་ཉི་མ་བྲག་མི་བརྒྱ་གི་ལ་ལྷག་  
 བརྒྱ་བརྒྱག་མི་སྒྲུག་རྟ་སྒྲུག་འཐོར་དོ་ཡིན། ཏྲུང་ཁོད་བརྒྱད་གྱི་གེང་རུས་  
 ལ། ཁྱི་སྒྲུང་ཆོད་གསུམ་འཐབ་མོ་བྱེད། འདོགས་ཤིགས་ཀུན་གྱི་མཐའ་མིག་  
 ཡིན། ཤིང་གི་ལན་དུ་འདི་བབ་ན། ཤིང་ལུང་ནང་དུ་རྟ་རེ་ལྷུང་། ལམ་གང་  
 མི་གཅོད་ལ་མེད་ཡིན། མེ་ལ་མེ་འབར་རྒྱ་སྒྲུག་ཡིན། ས་ལ་ས་སྒྲོ་འོབ་གྱིས་  
 བཅད། ལྷགས་ལ་ལྷགས་སྒྲོང་མེ་ལ་བཞུས། རྒྱ་ལ་ཐན་པས་བསྐྱམ་པ་  
 ཡིན། འབྱུང་བ་ལྷ་ཡི་བདུད་གཅོད་ཡིན། རབ་ལ་མི་དང་འབྲིང་དུ་རྟ། །  
 ཐམ་ཡ་སྐྱོན་གཅིག་འཆི། བཅོན་ཤར་བ་རྒྱ་བདུན་བྱ་བ་དེ། བདུད་ལ་  
 བ་ཤ་ལེན་དུ་བྱིན། བ་ཤ་མ་ལོན་བདུད་ལ་ཤོར། ཤལ་ཆེན་འགྲིམ་ལམ་  
 ཆད་པ་ཡིན། ལར་མ་ཟེ་སྒྲོ་བཞི་བཅོན་ལམས་ཡིན། ལྷ་མིན་གཅོན་གཟུན་  
 གྲོག་མའི་སྒྲ། བརྒྱུད་ན་སྒྲོ་སྒྲུང་ཡེ་འདྲོག་ཡིན། བཅོན་སར་བབ་ན་ན་རོ་  
 ཡིན། ལོ་མལ་མི་བྱ་བཅོན་གྱིས་བྱེད། ཅི་ལ་བཏང་གུང་ངན་པ་ལ། ལྷགས་

པ་སྤྱི་མོ་ལ་བཟང་། བཅོན་མོད་ལྷ་སྤྱབ་རྟེན་ན་བཟང་། ཏེ་གཅིག་གི་སྤྱོད་  
 ཏེ་མ་ཟེན། རྒྱུ་གསལ་ཡོད་ཅི་དེ་ལ་དཀར་ལ། ལྷ་མི་འབྲུག་ས་པ་ལངས་  
 པ་ཡིན། ར་ཆ་བྱེད་སྤངས་སྤྱུག་བསྐལ་འབྲུང་། གཉིས་སྤྱོད་བྱེད་གཡོག་  
 ཏེ་རྒྱུར་ངན། གསུམ་རྒྱུད་གསུམ་ས་ལ་ཡེ་འདྲོག་འོང་། བཞི་སྤྱོད་ཆོང་ཞིག་  
 ཅིང་མནའ་མར་ངན། ལྷ་དག་མེད་ཀྱང་སྤྱོད་མག་པར་ངན། ལྷ་མེད་  
 ལ་འདྲམ་ཁྱིད་ན་བཟང་། ཏེ་ག་བཞོན་མ་ལ་མི་མཛོ་མོས་བརྟུང་། ལྷ་མེད་  
 མ་འབྲི་མོད་གསུམ་ངན། བཏུན་པ་སྤྱོད་འོག་རྟ་སྤྱོད་པར་ངན། བརྟུང་  
 གཟའ་དཔོན་བརྟེ་མཚུན་ལ་ངན། ཏེ་ག་ལེ་ལེ་ཞང་ཞོར་ལ་བཅོན་ལ་གཞོད། ལྷ་  
 བཏུན་མ་སྤྱོད་ལྷ་ལ་ངན་གནམ་ཐོག་འོ། ལྷ་གཅིག་རྟེ་དཔོན་སྤྱོད་འཛིན་ངན། ལྷ་  
 བཏུན་གཉིས་དག་ལྷ་ལངས་ཀྱང་མི་ཉིས་འོ། ལྷ་གསུམ་གིང་ཅིང་འདྲེ་  
 བྱེད་ཆོང་བཅས་པས། མི་ཆེན་འཛོར་ཞིང་ཡེ་འདྲོག་འོ། རྒྱུ་མོ་མིན་པ་  
 ཀྱན་ལ་ངན། ལྷ་མ་སྤྱོད་མེད་སྤྱོད་མི་མ་ཟེད། སྤྱོད་བརྟུང་དག་ལ་ཐད་པ་དང་། ལྷ་  
 ཏེ་ག་སྤྱོད་མ་ལན་པོའི་མོ་ལ་བཟང་། ལོ་མལ་གང་བབ་དེ་ལ་རྒྱུ་བ། ཐབ་  
 མ་ལན་སྤྱོད་སྤྱོད་ཡེ་འདྲོག་འོ། སྤྱོད་བརྟུང་སྤྱོད་བརྟུང་གྱུ་དགོས་མོ། མ་ཟེད་  
 ལན་ཏེ་དེ་དེ་དེ་ན། གསུག་སྤྱོད་འཛོར་བ་བགས་པས་འདྲེ་ལ། ར་བ་  
 ཡོད་ཀྱང་འཆི་བ་མེད། འཛོར་བའི་སྤྱོད་སྤྱོད་དེ་དེ་དེ་ཡིན། སྤྱོད་དེ་བྱེད་  
 སྤྱོད་འཛོད་སྤྱོད་སྤྱོད་འཛོད་། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་རྟེང་ཆོད། གལ་  
 བར་རྒྱ་ཐོག་ཆོང་ནང་དུ། ཏེ་དེ་མོ་ལམས་པས་འདྲེ་ལོག་བྱས། སྤྱོད་ལ་སྤྱོད་

བྱེད་ལྔ་བརྒྱ་བཤོས། །དག་ལ་བསད་བཟུང་བྱེད་དོ་ཡིན། །བྱ་ཡུན་ཁ་འཕྲུབ་  
ཉི་མའི་སྒྲ་འདྲན་ཡིན། །འཕྲུབ་མ་ཡོད་ཀྱང་སྒྲིན་དོ་མེད། །བྱ་ལུང་སྤྱིད་གི་  
ཚུ་མིག་དོལ། །བཀག་གུང་མི་ཁོག་སྒྲུན་གསུམ་གལ་མགོར་དབང་། །མུ་  
ས་བཅན་གྱིས་མི་གངས་གོལ། །ཕ་ཆོ་འདྲེ་ལམ་པོ་ལྷ་ས་བཀག་ །དམུ་དག་  
འཐོར་བ་ཐག་བས་བཅིངས། །ཡར་རྒྱལ་རྒྱུར་ལ་འོང་དོ་ཡིན། །སྒྲིར་དགར་  
དགོར་མཛོད་འབྲས་གིས་གང་། །ཆོལ་ཆོ་རྒྱལ་ལམ་ཟས་གིས་བཀང་། །  
བྱེད་བརྒྱར་ཟ་འདྲ་བྱེད་གིས་བསྐྱལ། །ཨ་ཁད་ཤོད་མོ་སྒྲག་ནས་བགད། །  
སྒྲག་སྤང་ཡོད་ཀྱང་ལུག་མི་སྒྲིན། །རང་སྒྲན་དུང་མོ་གད་མོར་མོང་། །སྤང་  
ཟེ་རྒྱུན་རང་དབྱུང་གིས་བསྒྲོག་ །བྱེད་ལུང་མ་ཟེའི་གཅན་ཁ་ལུང་ལུས་བསྐྱམས། །  
མཐུ་དང་བྱེད་གིས་མི་ཚུགས་སོ། །ཁྱི་ལུང་དབང་བའི་དོ་སྙོལ་ལས་ཐོབ། །  
ཡར་ལྗིང་བྱེད་ཁ་ལེའུས་བསྒྲོག་ །སྐུམ་མཉམ་ཟ་འདྲེ་ལམ་དུ་རྒྱུད། །ཅེ་ར་  
གཅན་ཁ་མདུང་གིས་བཀག་ །གཡུང་དུང་འདྲེ་གདོན་སྒྲ་ཡིས་བཅུལ། །ཀྱི་  
བ་འདྲེ་མགོ་དེ་ཡིས་མནན། །དེོག་དག་ལམ་མཆོལ་ཡིས་བཅད། །དམུ་དབལ་  
བྱེད་ཁ་གཏོ་ཡིས་བསྐྱར། །སྐུམ་སྒྲོན་འདྲེ་ཁ་ནག་མོས་དངས། །བྱ་རལ་བཅན་  
གི་ཟ་ཁ་བྱེས། །ཡི་ཡན་བཅན་དམག་རྒྱུང་ལྷར་འཕྱོ། །མར་ལྗིང་སྒོ་སྒྲ་འདྲེ་  
ཡིས་བསྐྱར། །སྒོ་བར་མི་སྒྲིང་གྱོད་གིས་བསྐྱལ། །སོ་ཡོན་ཉི་ཟླ་ལུན་བས་  
བསྒྲིབ། །རུ་སྙོད་འབྲས་དུག་སད་གིས་བྱིར། །བཅན་སྒྲ་བདུད་གིས་བྱིད་  
བ་ཡིན། །མ་ཟེ་འདྲེ་དམག་མཉམ་དུ་ལངས། །ན་འབན་ཡེ་འདྲོག་རྒྱུང་དམར་

ལངས། ཁྱིའ་རིགས་ཆོ་ལ་ཟ་འདྲེ་ལངས། ཁེ་སྟོང་སྒོ་བྱར་ན་ཆ་འོང་། །  
 བྲག་ནག་བདུད་ཀྱིས་གྲོས་ངན་ཤོམས། ལའ་ཕྱི་སར་མ་ཟེ་མ་བབ་ན། །  
 དག་ཆང་གཏིང་ནས་འཛིག་མི་ཐུབ། རང་སར་ཐེང་མ་ཁས་དྲག་མེད། །  
 དག་པོ་ཐུབ་པར་མི་འགྱུར་བས། དག་འདུལ་མོ་ལ་དེ་ལྟར་དགོས། །  
 ཐིག་དྲག་སོ་སོར་འཐོར་བ་ན། བ་འབར་ཞེས་སྲུག་གསལ་བ་སྟེ། གཉན་  
 སྟོང་འབྲུག་པ་བྱེད་ཉིན་བབ། ཡང་མེས་གསེར་རི་སྟོང་ཆེན་ཡིན། ཡང་  
 བྱི་གཡུ་ལུང་ཤོལ་མོ་ཡིན། བྱིས་པོ་མིང་པ་ཐོན་དྲག་ཡིན། བྱི་མོ་བསྐྱལ་བའི་  
 དཀར་ཕུམ་ཡིན། བ་ནི་ཡབ་ལྟ་བདལ་དྲག་ཡིན། མ་ནི་ལྟ་མོ་ཐང་ཐང་ཡིན། །  
 འདི་གཉིས་རྩ་འབྲུལ་བསྐྱེད་སའ་པ་ལས། དག་སྒྲ་ཐུགས་དཀར་བུ་དགུ་མིང་། །  
 མིན་མོ་གཅིག་དང་བསྐྱེད་སའ་པ་ལས། ཐུག་མར་བུ་དགུ་མིང་པ་ཡིན། ལྟ་  
 འདྲེ་ཤོལ་ཐུག་དེ་ལས་ནི། འདྲེ་པ་དེ་གཉན་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཡིན། མ་ནི་  
 རྩ་བདག་རྒྱལ་མོ་ཡིན། བྱ་ཁོ་རང་གཉན་བུ་ཕྱོལ་པོ་ཡིན། བ་ནི་གཉན་ལ་  
 མ་ནི་ལྟ། བྱ་དེ་གཉན་ཆེན་སྲུན་དྲག་ཡིན། གཡུ་ཡི་མི་སོ་སྟོན་པོ་ལ། །  
 འབྲུལ་གྱི་དྲིལ་ཞགས་ཐུག་ན་བསྐྱམས། དྲུང་རྟ་གཡུ་རྟ་ཆེན་སྲུ་ཆེན། །  
 སེར་བ་འབྲུ་བདུན་ཁལ་དུ་བཀལ། ལྟ་ཡི་ཡལ་ནས་ཡར་ལ་སོང་། ལྟ་རྒྱལ་  
 དེ་ལ་དྲི་སྟོང་བྱས། ཁྱིའ་ལ་ཁོར་བུ་སྲུ་ཡིས་བྱིན། རྒྱུ་མཆོ་མེར་བ་སྲུ་ཡིས་  
 བཏིང་། ལྟ་རྒྱལ་དེ་ཡི་ཞལ་ན་རེ། རྒྱུ་མཆོ་མེར་བ་མིང་བས་བཏིང་། ཁོར་  
 བུ་སྒྲ་རིགས་ས་ཁོར་ཡིན། ད་ལྟ་གང་ན་ཡོད་དོ་དྲིས། ང་ཡི་གཙུག་ན་ཡོད་

ཅེས་ཟེར། །གཙུག་ན་ལྷ་བའི་གཏན་ཚིགས་ཡིན། །ཡང་རྒྱ་རྒྱལ་དེ་ཡི་ཞལ་  
ན་རེ། །ང་ཡི་ཁོར་སུ་རིན་ཆེན་ལ། །འཕྱོར་བྱེད་དག་འོ་དྲུག་ཡོད་པ། །ད་  
ལྷ་གང་ན་ཡོད་དོ་དྲིས། །ད་ལྷ་གཉན་ལ་ཡོད་དོ་ཟེར། །སྤྲེའི་ན་འབན་སེར་  
ཚོད་ཡིན། །འདི་ལ་ཐུག་པས་ཉེད་གེ་ལེ་མིག་བྲག་ །བར་པས་སུ་ཁྱེལ་ཐུན་  
བྲག་ །སྒོ་བས་འབྲུགས་བྱེད་དད་པ་ཤ་ཟན་ཟེར། །ཡང་དག་གཤེན་གྱིས་  
མཚན་གསོལ་བ། །ན་འབན་སེར་བ་རྟ་དེད་ཟེར། །ཡང་ན་སེར་བ་ནས་ལེན་  
ཡིན། །ཡང་ན་རོ་དྲུད་ཁམས་པ་ཡིན། །ཡང་ན་རྟོར་སོག་རྒྱ་དམག་ཡིན། །  
ཡང་ན་ཐོག་དང་སེར་བ་ཡིན། །ཡང་ན་ལྷོག་པ་སྤྲུན་དག་ཡིན། །ཡང་ན་རྒྱ་  
བ་རྟ་དེད་ཡིན། །ཡང་ན་གོས་འཐབ་གཡུལ་འགྱེད་ཡིན། །ཡང་ན་གཉན་  
གྱི་དམག་ཚོགས་ཡིན། །ཡང་ན་དམག་དང་འདུས་པ་ཡིན། །ཡང་ན་ཡུགས་  
སའི་བསྐྱེད་ཡིན། །ཡང་ན་དུལ་སྤྲུག་འདུག་ཡིན། །ཡང་ན་དུར་ཟན་འགྱེད་  
ངོ་ཡིན། །ཡང་ན་སྒོ་བར་འུར་ཟེར་ཡིན། །ཡང་ན་གཉན་གྱི་བེར་ཀ་ཡིན། །ཁྱི་  
བུ་བརྒྱུ་ཡང་ན་དུན། །གཉན་ཚོད་དར་མའི་སྤྲུལ་དུད་འདི། །སྤྲུག་འཕྱོར་  
བའི་སྤྲུག་ནས་ཡིན། །ན་འབན་ཐར་གྱིས་འཕྱོར་བ་ན། །ཐིག་དྲུག་ལན་གཅིག་  
འཕྱོར་བ་ཡིན། །མོ་མ་ལན་གཅིག་སྤངས་པ་ཡིན། །བསྐྱེལ་བ་ཐང་གཅིག་  
ཞིག་པ་ཡིན། །ཁྱི་ནང་གང་ཡང་བབ་མི་བུང་། །དབྱིད་གསུམ་རྒྱུད་ནག་འལྱུ་  
མ་ཡིན། །དབྱར་གསུམ་ས་གཡོས་བྱེར་ཞེས་ཡིན། །སྒྲོན་གསུམ་ཐོག་དང་  
སེར་བ་ཡིན། །དགུན་གསུམ་ཁ་བ་སུ་ཡུག་ཡིན། །ཡང་ན་གཉན་འབྲུམ་ཐོར་



པ་ཡིན། །འདི་མི་འཁྱོད་གི་དག་སྒྲེ། །དག་སྒྲེ་ཐོག་རྩེ་ཀུན་འདུལ་ཡིན། །  
 །འདི་སེལ་གཞིའི་འོག་གི་ཁྲག་སྒྲུལ་ཡིན། །འདི་ཡི་བབ་ལྷགས་དབྱེད་པ་ན། །  
 །སྟོད་ན་མིང་པའི་དོང་ཞིག་རྣམ་གསུམ་ཡོད། །བར་ན་དམུ་ཡི་རྩ་སྟོད་རྣམ་  
 །གསུམ་ཡོད། །སྒྲེད་ན་སྒྲུ་ཡི་གདན་ཤོར་རྣམ་གསུམ་ཡོད། །སྒྲོ་བཞི་གང་བ་  
 །བདེ་སྤྱོད་སྤུངས་ལུང་ལངས། །གཅིག་གི་སྟེང་དུ་ན་འབན་ན། །ན་འབན་  
 །གཉན་གྱི་བེར་གདེས། །བསྐྱལ་བ་ལན་གཅིག་བཤིག་པ་ཡིན། །འབྲུགས་  
 །པ་བྱེད་སྤངས་ནད་རིམས་ལུལ་དུ་འོང། །གཞུལ་གྱི་སྒྲར་མ་ས་ལ་ལྟུང། །  
 །ཐོན་བུ་བདུད་གྱིས་ཁྲིར་པ་ཡིན། །འདྲེ་གདོན་ཟ་ཁ་ལྷགས་པ་ཡིན། །བྱི་བ་  
 །ལོ་པའི་ལོ་བྲག་ཡིན། །ལུས་བསྐྱར་མིང་བརྩེ་ཚོགས་བསལ་སྤངས། །སྒྲེ་བསྐྱུ་  
 །ལམ་བསལ་ཆེ་ཐར་ཆེ་སྒྲུབ་བྱ། །གཉིས་ཤར་གྱི་ཟམ་སྒྲོར་རོ་ཁྲར་ཆས། །ས་  
 །སྒྲོ་རལ་ཞིང་འབྲུགས་པ་ལངས། །མ་ཉེས་ཁ་ཡོག་འོང་ཉེན་ཆེ། །འབྲུགས་  
 །འདྲེ་སྒྲུས་འདེབས་མི་ཁ་བསྐྱར། །བན་དང་སྒྲོ་བྱི་བུ་མོར་ངན། །གཏོ་ལ་སྤྱང་  
 །ཆེན་སྒྲེ་བསྐྱར་བྱ། །གསུམ་ཆུང་གསུམ་མེ་ཏོག་སད་གྱིས་ཁྲིར། །ཐ་མར་  
 །རབས་ཆད་དག་ཡི་རོ། །མི་སྟོང་འཇལ་དགོས་ཡོད་ན་བྱུབ། །པལ་པོ་ཆེ་  
 །ལ་ལུང་འདོན་བྱ། །བཞི་གལ་ལྷག་སྟོན་མོ་ཐོག་གིས་བསད། །སྤྱུ་ཆང་ཞིག་  
 །ཅིང་རྒྱུ་མཚོའི་ཉེ་བ་བྱུད། །མན་འམའི་ཁ་མཆུ་རྟིང་པ་སོགས། །བྱིན་པ་འབྲུགས་  
 །པ་འོང་དོགས་ཡོད། །གང་སྟོང་ཆེ་ཞིང་གཡང་ཉམས་རོ། །ལྷ་སྟོ་སྤྱོད་སྤངས་འཇང་  
 །གི་རྒྱུ་པ་རྒྱུག། །རྒྱ་དག་མདོས་བྱས་ན་ཡན། །ཁུ་སྤྱིང་མག་པའི་ས་ལ་རྒྱབ།

དག་ལ་དམག་ཆེན་འདྲན་ན་བཟང་། དག་མཁར་ཐོག་གིས་བཤིག་བ་ཡིན། །  
དུག་མོ་བཙུན་སྒྲེ་ཐག་ཆད་བ་དང་། །ཁང་སྒང་འཛིག་ཅིང་བ་བཙུན་གྱི །ནང་  
བཤིག་ལུང་མེད་བྱེད་བ་འབྱུང་། །འདི་ལ་རྟེན་འབྲེལ་གཏོ་བྱ་ན། །སྒྲིམ་བ་རོ་  
ཁུང་ནང་དུ་བྱག་ས། །ས་སྒྲར་དུག་གིས་སྟེང་ནས་མཚན། །ལུང་མེད་མགོ་ལ་  
རེ་ཞུ་གྱོན། །མོ་ངན་འདི་ཡིས་སྤྱབ་པོ་ཞེས། །འོ་དོད་ཐང་གསུམ་པོས་བྱས་  
ལ། །རེ་ཞུ་འུང་དུ་ཐལ་བ་སྒྲུག །ཁྱུ་བོ་ཆེན་པོའི་གཞུང་ལ་བསྐྱུར། །འདི་མོ་  
ངན་སྤྱབ་པའི་གཏོ་ཞིག་ཡིན། །བདུན་ཐང་གིང་སྟེང་ནས་ཆག་བ་སྟེ། །ལ་  
སྒྲུབ་སྟག་རལ་ཅན་གཅིག་འཛི། །འོག་རྟ་འཆོར་རམ་སྟོ་སྒྲངས་ངོ་། །བརྒྱད་  
རི་བོ་ཅེ་ནས་ཞིག་བ་ཡིན། །བསྟན་བ་རྒྱད་ཅིང་བརྟེ་འཛི། །ཡུལ་ཁ་མང་པོ་  
འཛིན་ན་བྱུང། །བདུད་ཀྱི་ཞལ་བསྐྱར་དག་པོ་བྱ། །དག་མོན་ཡུལ་མི་གི་གི་  
ཁྲག་འཐོར། །གཤེན་བོན་གདུང་རྒྱད་ཆད་བ་ཡིན། །ཁམས་ཆེན་སྒྲོག་ཅིང་  
གཏོར་བརྒྱུག་བྱ། །བཙུག་ནམ་སྟོ་བྱེ་ཞིང་ཐོག་གི་ངོ་། །གཡག་ལྷས་སྟོང་  
ཞིང་དག་ཡི་ངོ་། །ཡུལ་དག་ལ་འཆོར་ཞིང་གོས་ཉེས་འོང་། །དག་པོ་མདོ་  
བཞེ་བརྒྱ་ཆར་སྒྲོག་ས། །མ་ཕྱི་ཆེ་ཤོན་དག་ལ་ངན། །བཙུག་ཅིག་མི་ཆེན་གོས་  
ར་ཞིག །མཆོ་ལ་གསེར་བྱ་སྟག་གིར་གྱི །རྟ་ཞོར་ཡུག་བརྒྱའི་གཏོར་གིང་  
ཡིན། །སྒན་སུང་མགོ་ཡི་བེར་ག་ཡིན། །འབྲུག་ས་པ་ལག་འཐབ་བྱེད་ན་བཟང་། །  
དེ་མིན་ཅི་ལ་བཏང་བྱུང་ངན། །ཆོས་སྒྱིང་པོ་ལྷ་གཏོར་མས་མཆོད། །བཙུག་ཉེས་  
རོར་དམག་སྟོ་རུ་སྟེབས། །བཙུག་སུམ་བཟང་ན་སྟོན་མེད་ཡིན། །གཤིན་

ལམ་བྱེ་ཁིང་ལག་ལོར་ངན། །དག་ཚེས་དང་དག་བཅོམ་འབྲུམ་སྒྲོར་བྱ། །བཅུ་  
གསུམ་ཉི་ལྔ་གཟུང་ཡིས་ཟིན། །རྒྱ་སྒྲར་ཚོམ་སུ་འཐོར་བ་ཡིན། །སྟོབས་ཆེན་  
མདོ་དང་སྟོང་བརྒྱན་འདོན། །བརྒྱ་བཞི་བྱེ་ཁིང་དག་བསྒྲོག་བྱ། །དཔག་བསམ་  
ཅུ་མོ་ཐོག་གིས་བཅད། །འདི་ཅི་བཏབ་ཀྱན་ལ་ངན་པ་ལ། །ཐོག་དང་སེར་  
བ་འབེབ་ན་བཟང་། །རྒྱ་བ་རྟ་ལ་རྒྱག་ན་བཟང་། །སེར་བའི་ནང་ནས་རྟ་བྱ་  
ཐོབ། །རྒྱན་མ་གཟུང་ཚོལ་བྱེད་ན་བཟང་། །བཅོན་དང་ལྷག་པོ་ཡ་མེད་  
བཟང་། །གོང་ལ་མེ་ཤོར་བྱ་བ་ཡིན། །ཤ་རྟ་ཉོ་བའི་མོ་ལ་བཟང་། །མགྲོགས་  
བའི་དོག་སྒྲུ་ལ་ཁར་ཕྱིན། །**འཇུག་པའི་ལ་ཁེ་ཆ་སོང་།** །ཅི་ལ་  
བཏབ་ཀྱང་ངན་པ་ལ། །དམག་ཆེན་འདེགས་དང་རྫོང་ཆེན་འབེབས། །  
འབྲུགས་བའི་གཡུལ་ཆེན་སྒྲོད་པ་ལ། །བཅུ་གསུམ་སྟེང་དུ་བབས་ན་བཟང་། །  
དེ་མིན་གཞན་གྱིས་སྤུང་བར་དགའ། །མདུད་བ་རྟ་དང་གཡག་གིས་བསྐྱོལ། །  
གཉིས་ལ་ཁེ་ཆ་སོང་བ་ན། །བསྐྱལ་བ་ལན་གཅིག་འབྲུལ་བ་ཡིན། །གསུམ་  
ལ་ཁེ་ཆ་སོང་བ་ན། །དམར་པོ་བཅོན་གྱི་ཡུལ་ནས་ནི། །བཅོན་ཡབ་རྒྱ་བདུན་  
བཀའ་ཆད་ཡིན། །བཞི་ལ་ཁེ་ཆ་སོང་བ་ན། །ནག་པོ་བདུད་གྱི་ཡུལ་ནས་  
ཆད། །བདུད་རེ་སྟེ་མགོ་ཡག་བཀའ་ཆད་འོང། །ལྗེ་ལ་ཁེ་ཆ་སོང་བ་ན། །  
གཉན་གྱི་ཡུལ་ནས་ཆད་བ་ཡིན། །གཉན་རྒྱན་དེ་བས་བཀའ་ཆད་འོང། །  
རྒྱུ་རྒྱལ་ཁང་བཟང་ཐོག་གིས་བཤིག། །གྲིང་བཞི་འཐོར་ནས་རེ་བོ་འབྲེལ། །  
དུག་ལ་ཁེ་ཆ་སོང་བ་ན། །ན་འབན་སྒྲར་ཆེན་ཞེས་ཀྱང་ཟེར། །གཉན་གྱི་ནི་

ཆ་ཆེན་མོ་ཟེར། །འབྲུང་པོ་སྤྱན་དྲུག་བརྒྱུག་ཉིན་བབས། །དཀོར་སྤྱ་ཆེ་འབྲིང་  
 རྒྱུང་གསུམ་པོར། །གང་ལ་བབ་ཀྱང་འཕྱོར་ངོ་ཡིན། །སྤྱན་དྲུག་རྒྱུང་གངས་  
 ཞིག་བ་ཡིན། །དབྱིག་དྲུག་དེ་ལྟར་བབས་བ་ན། །རྟ་དཀར་དྲུག་ལ་བྱ་རུ་  
 བརྒྱུག་སུམ་བཅུག། །རྩ་ཐིག་དྲུག་པོ་དེ་ལ་བཀལ། །རི་མཐོན་པོ་དྲུག་གི་ཕྱེ་  
 ལ་བསྐྱལ། །ཡང་ན་དེ་ཡིས་མདུད་བ་བཀོལ། །ཤེལ་ཆིག་ཁྲི་དཀར་སྟོང་  
 ནག་སོགས། །བརྒྱ་ཆས་གཉན་མགོན་དག་སྤྱོད་བརྒྱ། །གཉན་གྱི་དལ་  
 མཁྱོགས་མང་པོ་བྱ། །ཡོན་ལ་མཛོད་མར་སྤྱོད་ཤོ་ལ། །སྤྱག་རས་གཟིག་རས་  
 བཏགས་ལ་བཏང། །སྤྱུ་འབུམ་ཐེར་གདབ་བྱ་ཞིང། །ལབ་ཅེ་གསོ་ལ་རྒྱུང་  
 རྟ་བཅུགས། །གལ་ཏེ་རྟ་དཀར་མ་འཕྱོར་ན། །གཡང་དཀར་དྲུག་ལ་བྱ་རུ་  
 བཅུགས། །རུ་ལ་མདུད་བ་བཅིང་ལ་བཀོལ། །ན་འབན་བྱ་གྲུའི་ཁེ་ཆ་ནི། །  
 མང་ཉུང་གངས་མཚུངས་དེ་ལྟར་གཏོ། །བྱུང་ན་ལོ་གསུམ་གཏོ་མི་དགོས། །  
 ཡ་རབས་ཅེ་རྒྱས་དཔོན་མིན་བ། །ཕལ་བས་ཁེ་ཆ་ཁྲོགས་བར་དཀལ། །ཁེ་  
 ཆ་ཀུན་ཀྱང་དེ་ལྟར་ཤེས། །ན་འབན་ཁེ་ཆ་སོང་བ་དེ། །ཁྲི་ས་བཞི་པོ་གར་  
 བབས་ཀྱང། །ཁྲན་གྱི་མི་རོ་ཐང་ལ་བརྒྱལ། །རང་སར་དག་རོ་ཐང་ལ་བརྒྱལ།  
 དག་སོང་ནོར་ཐོབ་གཉིས་ཀ་རུས། །ན་འབན་ལན་དུ་དིང་དིང་བཟང་། །  
 ཐར་གྱིས་འཕོར་བ་ལུབ་གྱིས་བསྐྱུས། །སྤེ་དྲུག་ཡུལ་དུ་འདུས་བ་ཡིན། །བྱ་  
 ཤིང་སྟོང་གི་མི་དར་རྒྱ་འབྱུང་ཡིན། །སྤྱིན་དིང་སྟོང་རོ་བཅུད་གྱིས་རྒྱས། །གལ་  
 བར་སྟོང་གིས་པ་ཡུལ་ཟེན། །བྱ་ཡུན་སྤེ་དྲུག་སྟོ་སེམས་བདེ། །བྱ་བུར་སྟོང་གི་

གྲོས་བཟང་འགྲིག །མུས་ལྷོང་གི་མི་རྒྱུད་འཕེལ། །ཕུ་ཆོ་སྒོ་འཐོར་དབའ་སྤྲོད་  
 རྒྱུད། །སྒོ་ཆོ་དག་སྒྲའི་མི་གངས་ཀྱིན། །གནམ་ཏྲ་གྱི་ལིང་བརྟེན་པ་ཡིན། །དམུ་  
 དག་རྒྱལ་བུ་མཐིང་གིས་རྒྱལ་ས་ཟེན། །སྒྲེར་ཡེ་སྒྲོན་རྒྱལ་པོས་རྒྱལ་ས་ཟེན། །  
 ཆོལ་ཆེ་མི་དྲུག་དམར་ཁུས་བརྒྱག །ཁྱུང་བརྒྱུད་ལྷོང་གི་པ་ཡུལ་ཟེན། །ཨ་  
 །ཁད་ལྷོང་གི་མི་མཆོ་དམར་མོ་རྒྱས། །རང་སྟན་དག་སྒྲས་མི་གངས་གྲོལ། །  
 སྒང་ཟེ་ལྷོང་གིས་དབའ་སྒྲད་ཐོན། །བྱོད་ལུང་གཉེན་འཁྱེད་ཅེ་ལ་གཡུ་བྱ་འཁོར། །  
 ལྷི་བུར་སྒྲོམ་རིའི་ལྷ་ཆབ་ཡིན། །ཡར་ལྷིང་ལྷོང་ལ་སྟག་འབྲུ་ཚུགས། །སྟམ་  
 མཉམ་ལྷོང་གི་སྒྲོ་བྱི་བཅན། །ཅེ་ར་སྤོང་ལ་བཅན་ལྷུག་འཛོམ། །གཡུང་རྒྱུང་  
 མི་གངས་ལྷ་ཡིས་ཀྱིན། །ཁྱེ་བ་གཉན་གྱིས་མི་གངས་ཀྱིན། །ད་རྟོག་ཀྱུ་ཡིས་  
 མི་གངས་ཀྱིན། །དམུ་དབལ་ཡུལ་པས་མི་གངས་ཀྱིན། །སྒྲུམ་སྒོན་ལྷོང་ཟ་  
 མཛེས་མཛངས་ལྷན། །སྒྲུམ་ལེ་ལྷ་འདྲ་སོ་སོར་དབྱེ། །བྱ་རལ་ལྷོང་གི་རི་བོ་  
 ཉིལ། །སྟན་ལུང་དབྲུག་པས་གཏོར་བ་ཡིན། །གཉན་གྱི་བེར་ཀ་ཆུ་པ་ཡིན། །  
 ལི་ཡན་ལྷོང་ཡུལ་རྒྱུང་གིས་ཁྱེར། །ལྷོང་ཆན་ལུ་གིས་ཤི་བ་ཡིན། །གསེར་  
 བྱ་བྱ་ཐན་ཡུལ་དུ་བབས། །མར་ལྷིང་སྟེ་དྲུག་བུར་དུ་བརྟེགས། །སྒོ་བར་  
 སྟེ་དྲུག་གྱོད་གྱིས་འོན། །གཉན་རྟོག་སྒྲིད་ལུ་ཚུགས་པ་ཡིན། །སོ་ཡོན་འདྲེ་  
 དམག་མཐའ་ནས་གཡོས། །རུ་སྟོང་བདུད་དམག་མཐའ་ནས་ལངས། །  
 འཐོར་ཞིག་ཆེན་པོའི་མོ་མདུད་ཡིན། །མ་ཟེ་བཅན་དམག་སེར་ལྟར་བབ། །  
 ཡེ་འདྲོག་དང་ནི་སྒྲག་སྤངས་རོ། །ན་འབན་གཉན་དམག་ཁྲོམ་དུ་ལྷག །

ས་གནི་གཡོ་འབྲུག་བྱེད་པ་སོགས། །མུང་བྱེད་མི་བདེ་ཆེན་པོའི་ངོ་། །སེ་  
 རྟོད་གཉེན་མཆོ་ཁྲག་རྩ་འཁོལ། །ཁྱིང་དང་བྲག་རིགས་རྒྱུན་ངན་འོང་། །  
 ལུ་བརྒྱག་བཟང་རིགས་བྱུང་བ་ན། །ལྗོང་གི་དབལ་ཁ་ཁྲག་པས་བཟང་། །  
 ལར་ན་འབན་ཐོག་ཆོད་ཐུན་མདའ་འདི། །སྒྲགས་ནག་ལག་གི་ཐུན་ཆོར་  
 ཡིན། །དྲག་སྒྲགས་བརྒྱབ་དུས་གསེར་བས་དགོན། །དེ་མིན་གཞན་ལ་འབབ་  
 མི་རུང་། །ཁོ་སྦྱད་དུ་བབ་ན་ཡུལ་ལུད་ཡིན། །ལན་དུ་བྱ་རལ་བབ་ན་དེས། །  
 དིང་དིང་བབ་ན་ཡུལ་ཟེན་ཡིན། །བར་དུ་བབ་ན་གྱི་ངོ་ཡིན། །ལན་དུ་ཁྱིང་བྲག་  
 བབ་ན་དེས། །དེ་ཡི་ལན་དུ་སྒྱིན་དིང་ན། །གྱི་རར་མ་གཤེན་གྱིས་བརྟལ་བ་  
 ཡིན། །སྟོད་དུ་བབ་ན་འབྲུགས་པ་ཡིན། །ལན་དུ་དབྱིག་རིགས་བབ་ན་དེས། །  
 དེ་ཡི་ལན་དུ་བྱོད་ལུར་ན། །འབྲུགས་པའི་དལ་ཁ་བསྐྱེལ་བ་ཡིན། །ལར་  
 ན་འབན་ཕྱི་ནང་གར་བབ་བྱང་། །ཁ་ལན་བཟང་ན་ལན་མིར་གོས། །རྒྱང་  
 ལན་བཟང་ན་གཏོ་ཡིས་འཇུང་། །ཅེ་མོ་ལད་ན་གཏོ་མེད་ཡིན། །སྦྱིར་བྱ་  
 སོད་མ་ཟེན་འབན་གསུམ། །སྒོ་བར་ཡེ་འདྲོག་སྒྲན་གསུམ་ཡིན། །དེ་ནམས་  
 འདྲེས་ཤིང་བབ་ནས་སྟ། །བརྟུ་གསུམ་ཅེ་མོ་ལད་པ་ན། །མི་ནི་བཅན་ཐབས་  
 འཆི་བདད། །རྒྱུན་ཁ་སྒོ་བར་འོང་བ་ཡིན། །གཏོ་ལ་འཆར་ཁའི་བརྒྱུག་མདོས་  
 དང་། །ཁྱོ་བོ་རེལ་བའི་གཏོར་བརྒྱུག་བྱ། །ཁྲུ་གཉན་བཅོས་ཤིང་ཁྲུ་འབུམ་  
 འདོན། །སྒྲུ་གདབ་ཕེད་སེལ་འབྱེད་བྱ། །


༥ དེ་སེ་སྟོད་ནམ་གངས་བཤད། །གཙོ་བོ་བྱོད་ལུར་བརྒྱག་ལ་འོང་། །

གཞན་ཡང་མོ་སྒོ་བརྒྱུག་པ་དང་། མོ་རྩེ་ཅེ་མོའི་བརྒྱུག་པ་ལ་ཆེར། མོ་  
སྟོད་རིགས་ཡིན་དེ་དག་ནི། མོ་རྩ་བག་ལ་མ་སོང་ཞིང་། རྩོད་རིགས་མིན་  
པ་ཀྱང་ལ་འོང་། མཐུད་པའི་སྡེ་ཆོན་སོ་སོ་རྩ། རང་རང་མིང་གིས་གསལ་  
བ་ཡིན། འདི་ལ་སེསྟོད་ཅེས་ཀྱང་ཟེར། བསྐྱུས་ན་སྟོད་ཅེས་བྱ་བ་འད་ཡིན། །  
གནས་མལ་དག་གི་ཀྱང་བཤད་ནི། རྒྱ་སྟོ་དང་ནི་ནག་ཐོག་སོགས། འདྲ་  
ལ་མཐུད་པའི་ཁམས་བྱུང་ལས། སོ་སོའི་ལོ་བྲག་ཁམས་བྲག་འོང་། སྒོ་བརྒྱུག་  
ཐམས་ཅད་བདུད་ཆད་ཡིན། མོ་སྟོད་ལན་གྱི་བཟང་ངན་ཀྱང་། རྩོད་ལུང་  
སྐབས་སུ་བསྟན་ཟིན་ནོ། །དེ་དབྱིག་གི་བྱུང་བར་བཤད། རྩོད་ལུང་སོགས་  
གྱི་སྐྱུ་གྱུ་ལ། བེ་ཆོ་སོང་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། དབྱིག་ཅེས་བྱ་བར་གྲགས་  
པ་སྟེ། གཞན་ཡང་བརྒྱུག་དང་སྐྱུ་ཞིབ་ནང་། འགའ་ཞིག་དབྱིག་མིང་ཐོགས་  
པ་དག་ སོ་སོའི་སྡེ་ཆོན་ནང་དུ་གསལ། དབྱིག་རིགས་ཤིན་ཏུ་བཅོན་པས་  
ན། རྩལ་བར་དགའ་བ་དག་ཏུ་བཤད། སྟོད་དབྱིག་གཉིས་ཀ་བརྒྱུག་  
ལས་སྟེ།

༡ དེ་དབྱིག་གི་རྣམ་གྲངས་བཤད། སྟོ་ཆེ་བྱུང་བརྒྱུད་ཨ་ཁད་དང་། །  
ལྷང་ཟེ་སྐྱམ་མཉམ་མ་ཟེ་ཡི། ཁད་དུ་རྩོད་གི་རིགས་འོང་ཞིང་། སྟོ་བར་  
རིགས་ལས་རྩོད་བྲག་འོང་། རེ་མིན་གཞན་དུ་རྩོད་མི་འབྱུང་། སྟོ་ཆེའི་ནང་  
གི་རྩོད་དགྲ་དང་། སྐྱམ་མཉམ་སྟེ་མིག་ལྷག་དགྲ་བཅས། རྩོད་རྒྱལ་རྒྱོད་  
འདྲ་བ་བཅུ་ཡིན་ལ། རྩོད་བརྒྱུད་ལ་སོགས་ཐམས་ཅད་གྱི། རྩོད་རིགས་

བཙིན་ཉི་ཤུ་འོང་། རྩོད་སྒང་ཟེ་སང་གསུམ་མ་བཙིན་ན། རྩོད་རིགས་བཙོ་  
བརྒྱད་འོང་བ་སོགས། འདྲེ་བསྐྱའི་རྣམ་བཞག་དུ་མར་གསུངས། ཁོ་སྐྱའི་  
བཤད་བ་གོང་དུ་སོང་། རྩོད་རིགས་གཤིན་རྗེའི་ཕོ་ཉ་ཡིན། རྩོག་ལ་རྩར་  
ཐུམ་བྱེད་མི་ཡིན། རྩོ་བུར་ཐབ་ཆོད་བསྐྱེལ་མི་ཡིན། གཤིན་རྗེ་ཁྱོས་པའི་  
མཆེ་བ་ཡིན། གང་བབ་མི་གི་ཡེ་འདྲོག་ཡིན། ལོ་མལ་གནས་མལ་དང་  
སྦྱར་ཏེ། གང་དུ་བབ་པ་དེ་རུ་ངན། བརྩ་པོ་མན་ཆད་རྩོད་རིགས་ནས། བརྩ་  
གཅིག་སོ་བྲག་ངན་རིགས་ན། རྩ་བཞི་རྒྱས་ནས་གྱུར་བྱིམ་རྟེན། ཁང་གསར་  
ཁང་རྩལ་རེད་པ་ཡིན། རྩང་མ་འོང་ནས་སྦྱག་མོ་གི། མགོན་པོ་འོང་ན་གྱོད་  
དང་འཕྲད། ཅི་ལ་བཏབ་གྲང་ངན་པ་ལ། རབས་ཆད་བསྐྱར་བའི་མོ་ལ་  
བཟང་། རབས་ཆད་པ་ས་འོག་སོང་བ་ཡིན། བརྩ་གཅིག་གྱེ་བ་སྒྲོ་ཆེན། །  
རྩོད་རིགས་གཡུ་བྲག་ཐེམ་དང་ཕྲད། གྱུར་བྱིམ་བདེ་ལ་རྩ་བཞི་རྒྱས། ལུན་  
པ་རུབ་ནས་ནམ་ཡང་ལངས། ཀ་བཞི་བརྟན་ཞིང་གདུང་བཞི་བརྟན། བད་  
པ་སོས་ལ་ཁ་དབུགས་བདེ། འདུལ་སྦྱག་མོངས་གསུམ་སྒོན་དུ་སོང་། །  
འཕེལ་ལྷག་དར་གསུམ་རྒྱབ་ནས་འོང་། རྩར་མོ་མ་གཏོགས་ཅི་བཏབ་བཟང་། །  
རྩོད་འདི་གི་པོ་གི་རོ་རྩར་རོ་ཡིན། ལོ་མལ་སོགས་སུ་རྩོད་བབས་ནས། །  
སྦྱུམ་བྲག་ངན་རིགས་རོ་བྲག་གམ། ཡང་ན་གིང་གི་རྩ་ལེན་དང་། གིང་གཤག་  
གིང་ཐུན་གིང་རྟར་དང་། འཕྲངས་རོ་གདན་རོ་འདུར་དང་། འཕྲ་བྲག་རོ་བྲག་  
རོ་ལུར་སོགས། འདོར་ན་དུར་རོ་ཡིན་པས་ངན། གཤན་ཡང་རོ་འདྲིན་རོ་དུང་



དང་། གྲི་ངོ་ལ་སོགས་མཐུད་པའི་རིགས། །འདོར་ན་རྩར་ངོ་འབྲུལ་མེད་  
 ཡིན། །འོར་རིགས་གྲི་མཐུད་གཅོད་མི་དེ། །ལི་ཡན་རྒྱུད་གི་རལ་གྲི་ཡིན། །  
 དེ་ལན་རྩ་བབ་ན་འོར་རྩས་འཛིག་ །འོར་ལ་བཟང་བ་མ་མཆིས་ཀྱང་།  
 །གཤིན་རྗེ་བསྐྱབ་ན་བཟང་བ་ཡིན། །ད་ནི་བྲག་གི་སྡེ་ཆོན་བཤད། །བྲག་  
 ལ་ཤིན་རྩ་མང་མོད་ཀྱི། །སྒོ་བྲག་སོ་བྲག་གཉིས་ལས་མེད། །གཅིག་འཕོར་  
 བན་ཆད་བྲག་མ་ཡིན། །གོང་བཤད་སྐྱེ་ཞིབ་རིགས་མིན་པའི། །སོ་དང་སྒོ་ལ་  
 བཏགས་ནས་སྟ། །ཐམས་ཅད་གཅིག་རྩ་འབྲེལ་བའི་རིགས། །གང་ཡིན་  
 བྲག་གི་སྡེ་རུ་གཏོགས། །སྒོ་ཆོ་ཁྱུང་བརྒྱུད་ཨ་ཁད་དང་། །སྒང་ཟེ་སྒྲུམ་མཉམ་  
 སྒོ་མ་ཟེ། །སྒོ་ཡི་མགོ་ཅན་འདི་རྩག་ལ། །བཏགས་པའི་ཚུལ་ལས་སྒོ་བྲག་  
 འོར་། །ཞིབ་པར་དབྱུད་ནས་ཤེས་པར་བྱ། །སྦྱིར་བྲག་དང་སངས་ཀྱི་སྡེ་ཆོན་  
 འདི། །མཐུད་ཚུལ་ཐུ་མའི་དབྱེ་སྒོ་ལས། །སྤྱི་བའི་རྣམ་གྲངས་ཆེས་མང་ཞིང་།  
 །མཐུད་པའི་དཔེ་རིས་ཁོར་བ་དང་། །ཐམས་ཅད་ཆོང་བར་རྒྱེད་དཀའ་ཡང་།  
 །འདི་རྣམས་མཐུད་པའི་ཚུལ་བཤད་ནི། །དཔེ་ལས་རྒྱེད་པ་ལྟར་རྩ་བ་གོད། །  
 །མི་འཁྲུག་སྡེ་ཆོན་རྩ་བ་སྤེབས་པས། །སྦྱི་ཁོག་ཁོར་མེད་ངོས་ཟེན་ཀྱང་། །གལ་  
 །ཏེ་མིང་འདོགས་རེ་རྒྱུད་དག །ཁོར་བ་མཐོང་ན་བཅོས་པར་གྱིས། །དང་པོ་  
 །སྒོ་བྲག་སྡེ་ཆོན་ལ། ། །དེ་ལོག་སྒོ་ཆོའི་སྤྱག་གུ་གཅིག་ །སྒོ་ལ་འཇུས་  
 བར་གྱུར་བ་ན། །སྦྱིར་གྱི་ཀེ་བཟག་ཡུ་འབྲུ་བྲག་ །དང་པོ་སྒོ་དེ་རྟ་ཚོ་ཡིན། །  
 །ཐི་གུ་འཇུས་པ་རྟ་སྐྱ་ཡིན། །སྦྱིར་དེ་བག་མ་དངོས་དེ་ཡིན། །ཡང་ཐིག་གུ་

གཡུ་ཡི་འབྲུ་དེ་ཡིན། །གཡུ་འབྲུ་ཅོག་གོ་རྟ་ལ་རྒྱག། །དམག་རག་གཉིས་  
གྱི་མོ་ལ་ནི། །རང་སའི་བཅོན་ས་གར་བབ་ཀྱང་། །བག་མ་བག་རྟ་གོང་གཡུ་  
ཐོབ། །དེ་ཡི་སྐྱེར་ལ་བརྒྱག་གཅིག་ན། །གོ་བླ་གཡུ་འབྲུ་དར་དམར་བརྒྱག།  
བརྒྱག་གཉིས་ཁྱི་གཉན་རྒྱལ་བྱ་དོན་གྲུབ་ཡིན། །རང་སའི་བཅོན་ས་གར་  
བབ་ཀྱང་། །དབྱ་ཡི་དམག་དཔོན་གཙོ་བོ་སོད། །དཀར་ནག་དམར་གསུམ་  
ཁྱུང་ཕྱག་ཕྱེད། །མི་ཡ་རབས་བག་མཚོ་ཡོན་ཕྱེད། །~~མ་མའི་སྐྱེར་~~  
དེས་སྐྱོ་ལ་འཇུས། །སྐྱེར་གྱི་གོ་བླ་གཡུ་འབྲུ་ཡིན། །བརྒྱག་ན་གོ་བླ་གཡུ་འབྲུ་  
ཀླད་དམར་སོགས། །སྐྱ་མ་ལྟར་དུ་དབྱད་བ་ཡིན། །~~མ་མའི་སྐྱེར་~~  
དར་ཕྱ་གྱུ་ནི། །གཉིས་སམ་གསུམ་གས་སྐྱོ་ལ་འཇུས། །སྐྱེར་གྱི་གོ་བླ་གཡུ་  
འབྲུ་ཡིན། །བརྒྱག་ཁ་ལ་སོགས་སྐྱར་ལྟར་དབྱད། །འདི་གསུམ་བག་མའི་  
མེར་མ་སྐྱོན་གསུམ་ཡིན། །~~མ་མའི་སྐྱེར་~~ ཕྱ་གྱུ་གཉིས་གས་སྐྱོ་ལ་འཇུས། །ཅེ་ར་  
གཡག་མཐའ་བྲག་ཅེས་བྱ། །བྲག་དཀར་དེ་ནི་ལོགས་བཟང་ལ། །ཁྲིད་པོ་  
སྐྱེ་ལ་བཟུང་ངོ་ཡིན། །ཡང་ན་སྐྱོན་པའི་མདུན་ཁུ་ཡིན། །~~མ་མའི་སྐྱེར་~~ དཔྱ་རྒྱུང་  
སྐྱོ་ཚེའི་སྐྱེར་གྱིས་ནི། །སྐྱོ་ལ་འཇུས་པར་འགྱུར་བ་དེ། །སྐྱོ་བར་གོ་བྱོན་མཚོན་  
ཐོགས་བྲག་ །ཡང་སྐྱོ་ཡི་དཔལ་མོ་མདུང་འཛིན་ཟེར། །ཡང་ཅེ་ར་རང་ཐོག་རྒྱང་  
ལ་དུན་ཅེའང་ཟེར། །ཅེ་ར་ལད་པའི་དབྱ་རྩ་ཡིན། །ཆ་བྲག་ཀུན་གྱི་རྒྱལ་  
བོ་ཡིན། །དེ་ཡི་སྐྱེར་ལ་བརྒྱག་བཅས་ན། །ཅེ་ར་རྩོད་ལ་གཡུ་མིག་བརྒྱག།  
ཕྱ་ཡི་གསེར་མཛོད་མེར་བོ་ཡིན། །~~མ་མའི་སྐྱེར་~~ མ་མའི་བྱ་དེ་མགོ་མཇུག་བསྐྱོག་

ནས་འབྲེལ། །སྒོ་བྲག་ཐང་མ་མགོ་བརྩམ་བྲག །ཡང་ན་ཅེ་ར་རང་ཐོག་ག་  
 བྲག་སྒྱུར་རིང་བྲག །རྩེ་རོ་བྲན་གྱིས་ཁུར་རོ་ཡིན། །གདུག་པ་གི་བ་ཡོར་ནག་  
 བོའི་བྲ། །ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ནད་ལྟར་ངན། །མི་རབས་རེ་ལ་གྱི་རོ་འོང། །  
 བ་ཚན་རེ་ལ་མཛོ་ལོ་རེ། །ལྟས་ངན་སྒྲིག་པ་བྱ་ལྡེ་བྲ་ཡང་ཡིན། །དེ་ཡི་སྒྱུར་  
 ལ་བརྒྱག་སོང་ན། །ཅེ་ར་རང་ཐོག་ལག་བཤལ་ཆ་བྲག་ཟེར། །ངམ་གྱི་སྒྲིབ་  
 ཤིང་ཡར་ནག་ན། །སོ་བ་རིམ་དགུས་སོ་བྱེད་དོ། །ཁྱིམ་ན་དག་ཡི་སོ་བ་ཡོད། །  
 དག་ལྷ་ཡར་རྒོ་ལ་མོ་ཡིན་ན། །ལྟས་ངན་ལྷ་སྒྲིག་ཡང་འོན་ཡིན། །རེ་འབྲམས་  
 གོང་འཛོམས་རྒྱལ་པོ་ཡིན། །བརྒྱག་གཉིས་རེ་འབྲམས་སྒྱུ་ལ་ཆེན་གདུག་རྩལ་  
 བརྒྱག །དམག་ཆེན་དྲ་མ་འདེབས་དུས་དེར། །བཅུ་གཅིག་བཅུ་གསུམ་གར་  
 བབ་ཀྱང། །ཁྱི་སར་ས་བྲག་ངན་རིགས་ན། །གདུག་བྱེད་རེ་འབྲམས་ཆང་  
 ནས་བུད། །སྒྲ་ལ་གང་འདུག་གྱུར་མིད་བུད། །ཐམས་ཅད་འཛོམས་པར་  
 ཐེ་ཆོམ་མེད། །འདི་ཡི་སྒོ་ལ་བརྒྱག་བཅས་ན། །ཤ་མཐའ་ལྟས་སྒྱུ་ཟེར་བ་  
 ཡིན། །རྟ་ནད་ཅར་སོད་གནག་ནད་རོན་རོ་ཡིན། །~~ལྟས་ངན་ལྷ་སྒྲིག་ཡང་འོན་ཡིན།~~ །སྒྲ་མའི་སྒྱུར་  
 གྱིས་ཀྱང་འཇུས་ན། །ཅེ་ར་རང་ཐོག་གལ་བར་ནི། །ཅེ་ལག་ཆ་བྲག་ཅེས་སྒྱུ་  
 འཕོད། །སྒྱུ་ལྷག་ནག་པོ་ལྷུ་འཛོང་གཉིས། །མཐའ་མིག་གཅིག་ལ་ཤི་བ་ཡིན། །  
 དམག་རྒྱུ་མོ་ལ་རང་སར་བབས། །རྩེ་རོ་བྲན་རོ་མགོ་རྟོས་ཡིན། །སྒྱུར་  
 ལ་བརྒྱག་གཅིག་རྟོག་ཡག་ལ་སྒྲོད་ཟེར། །དག་བྱུན་གྱི་རོ་ལག་སྒྲེལ་ཡིན། །  
 །སྒོ་བརྒྱག་ཅེ་ར་ལག་བཤལ་སྒྲག་སྒྱུ་ཅན། །རྩེ་འབངས་གཅིག་གིས་གཅིག་

[illegible]

~~མཐུན་པུ་~~ ཐུ་གཅིག་གིས་སྒྲོ་ལ་འཇུག། ཅེ་ར་སྒྲེ་སྒྲེ་སྒྲེ་སྒྲེ་བྱུང་བྱུང་། རིག་  
 པ་ཁུང་རྫོང་བྱུག་ཅིས་བྱ། རྒྱུ་ཡི་མི་སྤང་མཐའ་ལ་གྱི་ཡོས་བྱུ་ལོ་བའི་ལོ་  
 བྱུག་ཡིན། ~~མཐུན་པུ་~~ དམུ་དབལ་སྒྲོ་ཆེའི་ཐུག་གྱུ་གཅིག་ སྒྲོ་ལ་འཇུག་པར་  
 བྱུར་བ་ན། སྒྲོ་ཡི་དམུ་དབལ་བྱུག་ཡིན་ལ། ~~མཐུན་པུ་~~ གཡུང་དུང་སྒྲོ་ཆེའི་  
 བཏགས་པ་འདི། སྒྲོ་བྱུག་རུས་སྒྲུལ་བྱུང་བ་ཡིན། སྒྲོ་བཏགས་བཅོན་པོའི་སྒྲོ་  
 དེ་ཡིན། འདི་ལ་ཁོང་སྒྲོང་མི་སྒྲོང་གཉིས། བཏགས་ལུགས་གཅིག་དང་  
 གཉིས་འཇུག་སོགས། ཡོད་ཀྱང་བཤད་པ་མ་རྟེན་དོ། ~~མཐུན་པུ་~~ གྱེ་བ་སྒྲོ་ཆེ་  
 སྒྲོ་ནས་བཏགས། བྱུན་རུས་རྟ་མཐའ་བྱུག་ཅིས་བྱ། བྱུགས་ཀར་གསེར་དཔུ་  
 བརྒྱལ་བའི་དོ། རྟ་བརྒྱུག་ཤམ་ལ་སྤུང་བ་དང་། བྱུལ་དུ་དེལ་ལས་མ་ལུས་  
 དོ། སྒྲོ་བྱུག་རྟ་སྒྲུས་ནག་པོ་འདི། གར་བབ་སྤང་གི་སྤང་གི་ཡིན། སྒྲོ་ཆེ་ཡི་  
 དམ་ཅོད་བ་བྱུང་། རྟ་ར་ཁྱི་ཐོད་མཁར་ནང་ནས། སྒྲོ་ན་སྒྲུས་ཡེ་འུ་དུང་དཀར་  
 བསད། སྒྲོ་ན་བས་དེ་ཡི་ཤ་ལན་དུ། དམ་གྱི་སྒྲིན་པོ་མིག་མང་བསད། རེ་  
 ཆེ་དམ་ཟ་ལྷག་མོ་དེས། དམ་གྱི་ཤ་མཐའ་གོང་མར་སོང་། དམ་ཤ་ཡེ་ལས་  
 ཡི་ཡོན་དང་། སྒྲོ་ན་མཁར་ཅེ་ནས་ཡེ་ཡེ་བ་དང་། དམ་ཁམས་དག་སྒྲུ་ཡེ་  
 དར་སོགས། བྱུན་པའི་བལ་ཐིག་སྒྲུ་དུག་ལ། མུད་ནས་རེ་ནག་གདན་  
 དུ་འཇུང་། སྒྲོ་བར་བྱུག་ནག་རྟ་སྒྲུས་བབས། འདི་ཡེ་ལ་མི་ཉེ་དམ་ལ་ཉེ།  
 དམ་ཁམས་ལུལ་སྤྱད་ར་ནས་སྤྱང་། ཡེ་ཡི་ཕོ་སྤྱད་ནས་སྤྱང་། རེ་ནས་  
 དམ་ཟ་ལྷག་མོ་དེས། སྒྲིན་པོ་དམ་པ་མགོ་དགུར་སྒྲུལ། ཡེ་རྟེ་སྒྲོ་ན་པའི་

ཏ་ཁྱུ་དེད། །ཀྱུ་དང་ཆ་སྐྱུ་ནམ་མཁའ་བཀའ་། །ཡེ་སྟོན་བསེ་བྲུ་ར་མདའ་  
 འོང་། །སྒྲིན་མོས་ཤ་བ་གཅིག་ཏུ་སྐྱུ་ལ། །ཡེ་སྟོན་མཚོན་ཡང་མ་ཐུང་བར། །  
 ཤ་བ་ལག་བས་བཟུང་ངོ་ཞེས། །ངོ་སོ་འདོད་བས་དེ་རུ་བསྟེགས། །ཤ་བ་ལག་  
 བས་བསྟེབ་བ་དང་། །ངམ་ཤ་ཟེད་པོའི་རུ་བཀྱག་སྟེ། །ཡེ་སྟོན་བསེ་བྲུ་  
 མལ་དུ་བསད། །མགོ་བཅད་ངམ་མཁར་ཅེ་ལ་བཏགས། །བསྐྱལ་བ་དེ་ཡི་  
 མོ་མདུད་ཡིན། །གསུམ་བརྒྱད་ཡན་ཆད་རྩི་ཡིན། །དེ་ཙམ་ཕྱིན་ཆད་ཁོང་  
 བསྐྱལ་ཡིན། ~~མཁའ་གཉིས་ཀྱི་ཐུག་པའི་གསུམ་པོ་ལ་འཇུགས།~~ །ལུང་མ་དགུ་ཐུབ་བྲག་  
 ཅེས་བྲ། ~~མཁའ་གཉིས་དག་གིས་འཇུག་བ་ན།~~ །ལུན་རུམ་ཅི་ལྷག་  
 བྲག་ཅེས་བྲ། །མདོ་བ་རྟ་བརྒྱའི་དེལ་ར་དེར། །དེའུ་གཅིག་གི་རྩིས་མི་མདོན། །  
 མི་བརྒྱ་ཚོགས་པའི་བྱིམ་ནང་དེར། །མི་གཅིག་རྩིས་ནི་མི་མདོན་ནོ། །དེ་ལ་  
 དབུས་གཉིས་འབྲེལ་དང་མཁའ་གཉིས་འབྲེལ། །མཁའ་དབུས་གཉིས་འབྲེལ་  
 གསུམ་ཡོད་པ། །བཤད་བ་མིང་འདོགས་མ་རྟེན་བཞག། ~~མཁའ་~~ སད་ཀྱི་  
 སྒང་ཟེ་འདི་ལྟར་བཏགས། །ཅེ་ར་སྒྲུ་རུ་ཐུན་ཆོ་བྲག་ །ལྷང་གི་དེ་ནི་ལུ་ཤིན་ས། །  
 ལྷང་གི་སྒྲོ་ང་ཆག་པ་ཡིན། །སྒྲོ་བརྒྱལ་ཅེ་སྒྲུ་ད་ལྟག་རྒྱ་ཅན། །གི་སྒྲུ་ཤ་བའི་སྒྲུང་  
 དུ་ཤིངོ་ཡིན། །སད་གཉིས་གས་འཇུག་བ་མ་རྟེན་དོ། །སུམ་མཉམ་བཏགས་  
 པའི་སྒྲོ་བྲག་ལ། །སྒྲེར་གསུམ་ལུང་མལ་རེ་ལོག་དང་། །སྒྲུམ་རྒན་དག་ནི་  
 སྒྲེར་སྒྲུབས་བཤད། །~~སྒྲུམ་རྒན་ར་ཡ་སད་དུ་སོང་།~~ །སྒྲུམ་རྒན་ར་  
 ཡ་སད་ཀྱི་བྲག་ །ཡང་ན་དོན་མེད་ལག་ཆག་བྲག་ །སྒྲུ་རུ་ཡིང་ནག་མོ་རུ་ཐུང་

གཉིས། །འབྲུག་སྒྲི་གཅིག་ལ་གྱི་དོ་ཡིན། །ཤ་གནའ་འབྲུག་དང་གཏོས་ཐག་  
 འཛིག་ན་བཟང་། །གཞན་མ་ཅི་ལ་བདེ་བ་ཀྱང་རེ། །~~སྒྲི་མ་གཉིས་~~  
 སད་དུ་སོང་བ་ན། །སྒྲི་རྒྱ་ར་གཉིས་སད་གྱི་བྲག་ །ཐ་ཆོ་ཅམ་ཐིག་བྲག་  
 ཀྱང་ཟེར། །གཡུང་དྲུང་ཁ་རྒྱ་འདབ་མ་ཅན། །ཐེར་མའི་སྒྲིག་མཁར་ཆེན་མོ་  
 ཡིན། །གནམ་ས་སྒྲེབ་པའི་སྤྲང་ཆེན་ཡིན། །ལ་ལས་ཕུང་མ་སྒྲིས་བྲག་ཟེར། །  
 ཤ་བ་རུ་འཛིང་བྱ་རྒྱུ་སྒྲི་འཛིང་དོ། །~~ཐུང་ལ་སད་~~ ཐུང་ལ་སད་གཉིས་འདི་ལྟར་  
 གོན། །ཐུང་ཨ་ལ་དེ་ཤོ་འདབ་མ་ཅན། །སད་ཨ་ལ་དེ་ཤོ་འདབ་མ་ཅན། །  
 བྲག་ཨ་ལ་དེ་ཤོ་འདབ་མ་ཅན། །འདི་མཐུ་ཆེན་ཐེར་མ་ཉི་ཉ་ཡིན། །ལ་དེ་  
 དམེ་ལ་མ་དེ་ཐུག་ །ཐུས་པོ་གྱི་ཡི་ཆ་པོ་ཡིན། །ཕྱི་མོ་ནལ་གྱི་ཆ་པོ་ཡིན། །དམེ་  
 ཐུག་ནལ་གཞུམ་གྱི་བ་མི་འཛིགས། །ཆ་གང་དམག་དང་ངར་མི་འཛིགས། །  
 འདི་སེང་གའི་མགོ་ལ་གཡི་ཡི་གནའ། །རལ་གྱི་འི་རྒྱང་ལ་རྒྱ་གྱི་འི་གཤོག་ །  
 དག་སྟ་ངར་མའི་དབུ་རྒྱན་ཅན། །ལོ་སྒྲོམ་བསེ་ཡི་སྒྲོག་པ་ཅན། །རྒྱ་སྟག་  
 རམ་པའི་གམ་ཐབས་ཅན། །སེང་གའི་དཀར་མོའི་རྒྱ་སྟོད་ལ། །རྒྱ་ཐིག་རམ་  
 པའི་རྒྱ་སྟོད་ཅན། །དག་པོ་དུང་གི་ངར་རྒྱད་སྒྲོགས། །རེ་འབྲམས་རྒྱལ་པའི་  
 རམ་ཅན། །འབྲུག་དང་དུང་གི་ངར་སྒྲོགས། །གནམ་ཁྱུགས་ཐོ་ལུམ་ཐུག་  
 བ་བསྐྱམས། །འདི་ལན་གཅིག་བབས་པའི་དུས་སྤིང་ན། །གནམ་ས་རི་བྲག་  
 བཅོམ་ཀྱང་རུས། །དག་ལ་གཡུ་འབྲུག་རམ་རམ་བྱེད། །ཐེར་ཆེན་རྣམས་  
 གྱི་གོ་ལ་ཐུག་ཡིན། །~~ཐུང་ལ་སད་~~ ཐུང་ལ་སད་གྱིས་འདི་ལྟར་འཇུས། །སྒྲི་རྒྱ་ར་

དཀར་པོ་ལུ་གུ་སྟིང་། །མཐུ་ཆེན་ཐེང་མའི་ཡབ་དེ་ཡིན། །སྟོ་བྲག་རྣམས་  
གྱི་གོལ་ཐུག་ཡིན། །གཉིས་ཅམ་སྟོ་རུ་སོང་བ་དེ། །གཉིས་མལ་གསུམ་གྱི་  
སྒྲ་གནས་ཡིན། །བཞི་ཅམ་སད་དུ་འབེལ་བ་དེ། །ཤི་མེད་དོ་ཡིས་ཐུག་རྒྱ་  
ཡིན། །སྟོ་བྲག་སྟག་རལ་ཅན་གྱི་ཡང་བྱེས་ཡིན། །སྟེར་གསུམ་བར་མ་སད་  
བ་དང་། །ཐ་མ་སད་བ་གཉིས་པོ་ནི། །དེ་ལྟར་སྟོ་ཆེའི་སྐབས་སུ་བཤད། །  
**མཐུ་**མ་ཟེ་སྟོ་ལ་བཏགས་སུ་ར་ན། །སྟོ་བྲག་བ་ཆ་ཐུར་བཞི་ཡིན། །  
དོད་མོ་རལ་གཟེང་སྒྲ་རི་ཡིན། །གར་བབ་ཐན་དང་ལྟས་ངན་ཡིན། །ཁྱུང་  
བརྒྱུད་བཏགས་ན་གཏིང་བཤལ་དང་། །ལག་བཤལ་གཉིས་ཡིན་ཨ་ཁད་  
བཏགས། །ཁ་ཐུར་སོགས་ཡིན་གོང་དུ་བཤད། །ཁྱུང་བརྒྱུད་ཐོ་ཁོང་སེང་  
ནི། །བཏགས་བ་དམུ་དབལ་སྟོ་ཆེ་ཡི། །བཏགས་པའི་སྐབས་དང་ཁྱུང་བར་  
མེད། །ཨེ་ཁད་ལྟག་མ་དག་གི་ནང་། **མཐུ་**གྱི་བ་སད་དེ་ཨ་ཁད་གྱི། །  
ཐིག་གསུམ་དབུས་མས་སྟོ་ལ་འཇུས། །ཅེ་ར་བྱ་སྒྲུང་སྟེར་ཐུན་བྲག་ །སྒྲག་  
བཟུང་ཆང་ནས་བཟུང་བའི་མོ། །བྱ་ཆང་འབེབ་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །མ་ཁྱིམ་  
དག་ནས་སུ་ཤོར་རོ། །དེ་དག་སྟོ་བྲག་རྣམ་གངས་ཡིན། །སྟོ་དེ་ཀུན་རྟོང་  
དུ་སོང་བ་ན། །རྟོང་བྲག་ཡིན་གྱུང་དེ་དག་ནི། །སྟོ་བྲག་སྟེ་ཆོན་ནང་དུ་འཆད།





ཡི་གེ་ཉི་ཤུ་རྩ་དྲུག་པ་འདི་དཔེ་ཆ་འཛིན་པ་དུ་བཞག་ན་དཔེ་ཆ་དེར་ཅི་འབྲས་  
བཀོམས་ཀྱང་ཉེས་པ་མི་འབྱུང་བར་འཇམ་དཔལ་རྩ་རྒྱུད་ལས་གསུངས་སོ། །

སྤྱི་ཁྱབ་སྒྲོ་འདོན་པ། ཚུལ་ཁྱིམ་སྒྲོ་གོ་ས། ཆོས་དབྱིངས་ཉིམ།  
གཙུག་རྒྱུག་པ། གང་པས་མཉམ་ཉམས་པ། སྒྲོན་ལམ་རྒྱུ་མོ།  
གཞུང་ལས་དོད་མ་པ། ཆོས་ཉིམ་མོ། ཤོང་འདུས།  
ཁུངས་པ། སངས་རྒྱལ་མོ།  
ཡིག་སྒྲིག་པ། སེང་ལོ་བཟང་མོ། བསྟན་པ་དང་རྒྱུ་ས།  
ཞེས་འཕེབས་པ། འཛིན་པ་མེད་དོན་མོ། ཆོས་ཁུག་།  
ཕྱི་ཤོག་མཛེས་བོད་པ། ཡིག་སྒྲིག་ཆོས་པ།

༥ རབ་འབྱུངས་རྒྱལ་པའི་སྒྲིག་ཐུག་མེ་ཡམ་རྩེ། ཟབ་རྒྱས་ལུང་རྟོགས་པ་རྟན་པའི་མངའ་བདག་ཆེ།

ཁྱད་པར་བླ་མེད་མ་འགྱུར་པ་རྟན་པ་དག་པོར། མཉམ་མེད་མེ་ཡམ་རྒྱམ་ཆོང་གྲུས་པས་འདུད།

སྒྲིག་སྒྲུབ་འགྲོ་བའི་མཐོན་གཅིག་ཡིད་བཞིན་ནོར། ཇལ་གསུང་མེ་ཡམ་མཐོན་པོའི་མཆོང་ཐོས་ཀྱིས།

དགྲེས་སྒྲོས་སྒྱུན་ཆབ་བསིལ་བཞིན་ཡང་ཡང་བཟུགས། རྒྱལ་ལུང་སྒྲེ་པོའི་ཆོག་ས་སུ་ལེགས་སྒྲེས་སྒྲེལ།

དཔར་བསྒྱུན་བཀྲིས་པའི་རྣམ་དག་ར་དགའ་བདད། འདི་ཆོན་རྒྱལ་གསུམ་པས་ག་པའི་དགའ་ཆོག་ས་ཀྱིས།

མཐའ་ཡས་འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་མ་ལུས་པའི། སྒྲིབ་སྒྲུབ་ཀྱིས་རྒྱུར་བྱང་ཆོག་སྒྲུབ་ཀྱིས་ཡོངས་རྩོག་ས་ཤོག།

ཅེས་པ་འདི་ནི། མེད་ཀྱི་རང་ལ་ལོག་པའི་ལྷ་རྒྱལ། རིགས་དང་དགྲིལ་འཁོར་རྒྱམ་ཆོང་ཁྱབ་པ་དག

པ་གའ་དྲིན་མཆུངས་མེད་བླ་མ་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུའི་ཇལ་ས་རྩོལ་སྒྲི་པོར་བྱངས་ཏེ། ལྷ་ག་པས་མ་བློམ་དགར་

པོ་རྒྱུད་ལ་བཅངས་ནས་ཀུན་མཁྱེན་མེ་ཡམ་རྒྱམ་ཆོང་འགྲུང་འབྱུང་དཔར་བསྒྱུན་ཞུས་པ་འདིས་འཛམ་གླིང་གོ་

ལའི་རྒྱང་འདིར་འཆོམ་མེད་ཞི་བའི་ལམ་སྟོན་རྣམ་འདྲེན་པ་ལྟ་བུའི་བསྒྱུན་པ་འིན་པོ་ཆེ་ཉིན་མོའི་རྒྱང་བལྟར་

རྒྱས་ཤིང། འདི་ལ་མཐོང་ཐོས་ལ་སོགས་འབྲེལ་ཐོག་སྒྲེ་པོ་ཀུན་གྱིས།

བསྐྱབ་གསུམ་རྒྱན་ཐུག་མཁས་པ་ཚུན་བཟང་ཐུག་ལྷ་སྟོན་སྟོན་ཐུག་སོག། ལེགས་ཐུག་མཁའ་ལྟར་མཉམ་པའི་

སྟོན་འདུན་བཅས་ལུལ་རྩུབས་བླ་མ་ཀུན་བཟང་གཞན་པར་སྟོ་གྲོས་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་འཕམ་རྒྱལ་ཁྱིམ་ས་

མཐར་ཐྱིན་ནས་པོད་རབ་བྱུང་བཅུ་བདུན་པའི་ལྷ་གས་རྣམས་ཡོའི་ཁྱབ་དབང་ལྷ་ལས་བབ་པའི་ཆོས་བཟང་

ལ་འཛམ་གླིང་གར་ཐོག་མཆོག་གི་རྩེ་ལྷན་ནས་སྒྲེལ་བ་དགའོ། ། སམ་མདྲ་ལོ། །

ཐུག་དཔེ་འདི་ཆོས་སྒྱིན་རུ་འབུལ་རྒྱལ་ས། ཆོང་རྒྱར་མེ་ཆོག་པ་དགོངས་འཇགས་ལུ། །

# DEDICATION OF MERIT

May the merit and virtue  
accrued from this work  
adorn the Buddhas' Pure Lands,  
repay the four great kindnesses above,  
and relieve the suffering of  
those on the three paths below.

May those who see or hear of these efforts  
generate Bodhi-mind,  
spend their lives devoted to the Buddha Dharma,  
and finally be reborn together in  
the Land of Ultimate Bliss.  
Homage to Amita Buddha!

**NAMO AMITABHA**

**南無阿彌陀佛**

《藏文：米滂仁波切文集 第二十四冊》

財團法人佛陀教育基金會 印贈

Reprinted and donated for free distribution by  
**The Corporate Body of the Buddha Educational Foundation**

E-mail: [overseas@budaedu.org](mailto:overseas@budaedu.org)

<http://www.budaedu.org>

**This book is for free distribution, it is not for sale.**

འཇམ་དཔལ་འཛོམས་སྤྱི་དབུ་འབྲུག་ལཱ་ཁྲིའི་འཇམ་དཔལ་འཛོམས་པ་དགོངས་འཇགས་ཀྱི།

3000 copies; January 2011

**TI574**



**TI574**